

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL

LA TRANSITION À LA RETRAITE ET LA CONSOMMATION D'ALCOOL :  
UNE ÉTUDE EXPLORATOIRE AUPRÈS DE SEPT RETRAITÉS

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN TRAVAIL SOCIAL

PAR  
ALAIN ROBITAILLE

JUIN 2016

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL  
Service des bibliothèques

Avertissement

La diffusion de ce mémoire se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire *Autorisation de reproduire et de diffuser un travail de recherche de cycles supérieurs* (SDU-522 – Rév.10-2015). Cette autorisation stipule que «conformément à l'article 11 du Règlement no 8 des études de cycles supérieurs, [l'auteur] concède à l'Université du Québec à Montréal une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de [son] travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, [l'auteur] autorise l'Université du Québec à Montréal à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de [son] travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de [la] part [de l'auteur] à [ses] droits moraux ni à [ses] droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, [l'auteur] conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont [il] possède un exemplaire.»

## AVANT-PROPOS

Lorsque j'étais adolescent, j'observais que mon entourage buvait plus d'alcool lors des week-ends, lors des fêtes et surtout pendant les vacances au camping. J'avais l'impression que les gens buvaient plus d'alcool lorsqu'ils étaient en congé de travail. Quand j'ai commencé à travailler dans le domaine des dépendances, cette impression a refait surface, surtout lorsque j'ai œuvré auprès de personnes retraitées qui voulaient modifier leur consommation d'alcool. Au fil des rencontres individuelles, plusieurs retraités faisaient des liens entre leur transition à la retraite et leur consommation d'alcool. J'étais captivé par les comportements de consommation des retraités. Cette affirmation faisait souvent réagir les gens : « Vraiment ? Tu es beaucoup trop jeune pour t'intéresser à la vieillesse, à l'arrêt de travail, à l'ennui et surtout au désœuvrement ! ». Nuancé comme je le suis, je répliquais souvent que « oui », la retraite peut être un passage difficile; mon travail me permettait de le constater. Mais « non », je ne croyais pas que la retraite était seulement associée à des difficultés ou à des problèmes. Je me demandais tout de même s'il n'existait pas de liens entre la transition à la retraite et la consommation d'alcool. C'est ce questionnement qui m'a mené à faire un mémoire sur la question de la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite.

À travers cette longue et dure excursion que fut ma démarche de maîtrise, on m'a donné beaucoup de support et on a fait preuve d'une grande tolérance à mon égard. J'aimerais présenter des remerciements sincères et une réelle reconnaissance à ma directrice, Michèle Charpentier et ma co-directrice, Myriam Dubé, qui ont su me guider et me transmettre la confiance et la persévérance nécessaires pour construire et mener à terme mon projet. Sans elles, cette recherche n'aurait peut-être pas été complétée. Merci encore une fois pour votre professionnalisme et vos forces respectives. Merci à tous les

retraités interviewés d'avoir courageusement accepté de participer à cette recherche. Je tiens également à remercier le Centre Dollard-Cormier, mon employeur, pour son programme de support aux études. Un merci spécial à Marie Lecavalier qui a insisté pour que je pose ma candidature comme étudiant à la maîtrise en travail social. Mes remerciements s'adressent aussi et particulièrement à ma conjointe, Valérie Savoie, qui a été très patiente, généreuse et tolérante à mon égard et qui a très hâte de me voir passer plus de temps avec nos deux enfants, Olivier et Étienne, qui ont vu le jour durant le déroulement de cette maîtrise.

Merci à tous!

## TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS .....	ii
RÉSUMÉ .....	viii
INTRODUCTION .....	1
CHAPITRE I	
PROBLÉMATIQUE .....	3
1.1 Les transformations au niveau du travail, de la vieillesse et de la retraite.....	4
1.1.1 La transition à la retraite : des parcours de plus en plus diversifiés .....	6
1.2 Les transformations dans la consommation d'alcool.....	10
1.2.1 La consommation d'alcool et l'avancement en âge.....	11
1.2.2 La consommation d'alcool et la retraite .....	13
1.3 La pertinence de la recherche.....	16
1.4 Les objectifs de recherche.....	18
CHAPITRE II	
CADRE CONCEPTUEL .....	20
2.1 Une approche inspirée du paradigme du parcours de vie .....	20
2.2 Les concepts clés.....	24

2.2.1 La transition à la retraite .....	24
2.2.2 La consommation d'alcool.....	28
CHAPITRE III	
CADRE MÉTHODOLOGIQUE .....	34
3.1 Une méthodologie qualitative selon une perspective compréhensive .....	34
3.2 La méthode et les instruments de collecte de données .....	35
3.2.1 La méthode de collecte de données .....	35
3.2.2 L'entrevue individuelle.....	35
3.3 La constitution de l'échantillon.....	37
3.3.1 Les critères de sélection.....	37
3.3.2 Le recrutement des participants .....	38
3.4 L'analyse des données .....	40
3.5 Les limites de l'étude .....	42
3.6 Les considérations éthiques .....	44
CHAPITRE IV	
RÉSULTATS .....	46
4.1 Une brève présentation des répondants.....	46
4.2 La transition à la retraite et ses modifications.....	50
4.2.1 Un désengagement professionnel plus tôt que prévu.....	51

4.2.2 La réorganisation du mode de vie.....	51
4.2.3 L’entourage; un support pour la retraite .....	54
4.3 La consommation d’alcool.....	58
4.3.1 La consommation d’alcool avant et après la transition à la retraite.....	58
4.3.2 Les modifications de la retraite et leurs effets sur la consommation d’alcool .....	61
4.3.3 La consommation d’alcool à la retraite : une consommation toujours non problématique .....	69
CHAPITRE V	
DISCUSSION ET ANALYSE.....	71
5.1 Un retour sur les concepts.....	71
5.1.1 La transition à la retraite : un saut rapide et un processus conjugal .....	71
5.1.2 Une approche pathologique de la consommation d’alcool qui renforce les tabous.....	73
5.2 La perspective des parcours de vie : une approche prometteuse pour appréhender les liens entre la consommation d’alcool et la transition à la retraite.....	74
5.3 Pistes prometteuses dans l’orientation des études futures et des pratiques sociales .....	79
CONCLUSION .....	85

## APPENDICE A

GRILLE D'ENTREVUE .....	90
-------------------------	----

## APPENDICE B

QUESTIONNAIRE SOCIODÉMOGRAPHIQUE.....	93
---------------------------------------	----

## APPENDICE C

FORMULAIRE D'INFORMETION ET DE CONSENTEMENT.....	97
--	----

BIBLIOGHAPHIE.....	101
--------------------	-----



## RÉSUMÉ

Ce mémoire porte sur la consommation d'alcool des retraités en lien avec leur transition à la retraite. Spécifiquement, notre recherche a pour but de savoir si les personnes retraitées expérimentent ou pas des changements dans leur consommation d'alcool depuis leur retraite et à quoi elles les attribuent. Pour explorer ces questions, nous avons interrogé sept personnes (cinq hommes et deux femmes), âgés entre 55 et 74 ans, et qui étaient à la retraite depuis une période variant de 9 mois à 9 ans. Les entrevues individuelles de type semi-directives ont permis de saisir quelques liens entre la transition à la retraite et la consommation d'alcool.

Après une mise en contexte de l'évolution du statut de la retraite à travers l'histoire et un état des connaissances sur la consommation d'alcool au cours du vieillissement et à la retraite, nous présentons les bases théoriques qui sous-tendent cette recherche. Nous nous appuyons sur les concepts de transition à la retraite et de consommation d'alcool pour problématiser notre objet d'étude. Nous analysons notre objet d'étude à partir des principes de parcours de vie développés par le sociologue du vieillissement Vincent Caradec (2008).

Les résultats qui émergent de l'analyse des entretiens mettent en évidence les modifications survenues dans plusieurs sphères de vie des participants suite à la retraite, lesquelles sont surtout soutenues par un sentiment de liberté. Les propos des retraités révèlent une réorganisation de leur mode de vie suite à la retraite et d'importants changements dans leurs relations avec leur entourage et leur famille. Quant à la consommation d'alcool, les résultats s'avèrent plus diversifiés. En effet, quatre participants disent ne pas expérimenter de changement alors que trois révèlent des changements dans leur consommation avant et après la retraite. Selon nos analyses, qu'importe le profil de consommation, les différences s'expliquent en partie par l'effet encadrant du travail antérieur sur la consommation d'alcool (un effet incitatif et parfois limitatif). Les changements ou non observés dans la consommation d'alcool sont liés aussi aux modifications apportées par la retraite et le vieillissement. L'état de santé des répondants et la relation avec le conjoint (travailleur ou retraité, séparé ou décédé) exercent un rôle déterminant sur la consommation d'alcool à la retraite.

La discussion s'attarde aux changements produits par la retraite selon l'âge, le genre, les relations partagées avec l'entourage, et à la vision pathologique de la consommation d'alcool qui a traversé cette recherche et confirme les tabous à son égard. Par la suite, elle aborde la pertinence de la perspective du parcours de vie pour appréhender les liens entre retraite et consommation d'alcool. Cette perspective permet de constater : 1) que

la relation que les retraités entretiennent avec leur consommation d'alcool s'est construite bien avant la transition à la retraite; 2) qu'elle peut être influencée par les relations que les individus partagent avec leurs pairs autour de l'alcool; et que 3) les choix qui l'orientent s'appuient sur des opportunités et des contraintes qui pouvaient être présentes, ou pas, avant la transition à la retraite. En conclusion, nous identifions quelques pistes pour orienter les futures recherches et pour enrichir les pratiques sociales se préoccupant de la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite. Nous confirmons qu'une concertation entre ces deux champs d'expertises est essentielle et même urgente, d'autant plus qu'une vague de retraite déferle depuis quelques années.

Mots clés : Transition à la retraite, consommation d'alcool, parcours de vie

## INTRODUCTION

Comme beaucoup de chercheurs qui s'intéressent aux personnes plus âgées, il nous apparaît nécessaire, dans notre introduction, de souligner que le vieillissement de la population constitue un des phénomènes majeurs de notre société. Dans ce sens, il faut préciser que le taux de natalité, qui ne cesse de diminuer combiné à l'espérance de vie qui ne cesse de s'allonger, provoque des transformations démographiques importantes. Présentement au Québec, 14 % de la population est âgée de 65 ans et plus; c'est d'ailleurs un des pays qui vieillit le plus rapidement au monde (Statistique Canada, 2009). En 2011, les baby-boomers, qui sont nés entre 1946 et 1965, ont commencé à atteindre l'âge de 65 ans (Krotki et Henripin, 2012). Par conséquent, pour les vingt prochaines années, on devrait connaître une augmentation du nombre de retraités comme nous ne l'avons encore jamais connu dans l'histoire (Marcoux, 2011). On prévoit qu'en 2025, au Québec, les retraites représenteront près du tiers de la population (Hogue-Charlebois et Paré, 1998). Cette entrée massive des baby-boomers à la retraite exacerbe certaines craintes, notamment celles qui concernent leur consommation d'alcool (Éduc'Alcool, 2006; Kuerbis et Sacco, 2012; Moriconi, 2012). C'est donc dans ce contexte d'anticipation bien particulier, où l'on s'inquiète des impacts de la consommation d'alcool avec l'arrivée d'une très grande et nouvelle cohorte de retraités, que s'inscrit la présente démarche de recherche. Comme nous le détaillerons plus loin, depuis vingt-cinq ans, beaucoup d'études américaines se sont intéressées à la consommation d'alcool des retraités, mais peu d'entre elles l'ont fait en abordant le point de vue des personnes concernées, soit les personnes retraitées. Dans ce sens, nous avons décidé d'aborder la transition à la retraite, non pas pour valider le fait qu'elle peut être une période où des personnes modifient leur consommation d'alcool – certaines études tendent à démontrer que oui – mais bien dans le but d'explorer et de

comprendre un peu mieux la consommation d'alcool des personnes en situation de retraite, et ce, à travers leurs points de vue.

Pour ce faire, au chapitre I, nous tâcherons de cerner les éléments essentiels de la problématique à l'étude, soit, d'une part, les connaissances développées autour des transformations consécutives à la retraite, et, d'autre part, autour des habitudes de consommation d'alcool des personnes à la retraite. Nous y présenterons la pertinence et les objectifs de notre recherche. Par la suite, nous exposerons les principaux éléments de la perspective du parcours de vie qui nous permettront d'appréhender notre objet de recherche. Ainsi, le chapitre II sera consacré à l'articulation de notre cadre conceptuel et à l'opérationnalisation des principaux concepts, soit la transition à la retraite et la consommation d'alcool. Au chapitre III, nous présenterons et expliquerons nos choix méthodologiques. Le chapitre IV sera constitué des résultats de nos entretiens semi-dirigés auprès de sept personnes retraitées. Finalement, au chapitre V, nous discuterons des implications de nos résultats de recherche, à la lumière de l'ensemble des connaissances acquises, et nous formulerons des recommandations pour les recherches futures et pour enrichir les pratiques sociales sur la consommation d'alcool en lien avec la retraite.

## CHAPITRE I

### PROBLÉMATIQUE

En raison du vieillissement de la population, il y a un intérêt grandissant pour les questions de santé publique concernant les personnes âgées. Une manière courante d'aborder ces questions est d'identifier les déterminants sociaux associés à des problèmes ou à des vulnérabilités et les comportements dits à risque, pour ensuite prescrire la meilleure façon de se comporter pour « réussir sa vieillesse ». Dans cette optique, un des champs d'investigation qui gagne de l'intérêt est celui des comportements des personnes vieillissantes vis-à-vis la consommation d'alcool. Avec la cohorte des baby-boomers qui a commencé à prendre sa retraite et les représentations sociales associées à leurs comportements, certaines craintes sont exacerbées. La proportion d'ânés consommant beaucoup, et même trop d'alcool, pourrait ainsi augmenter au cours des prochaines années (Éduc'Alcool, 2006; Kuerbis et Sacco, 2012). Contrairement aux générations précédentes et selon les représentations sociales dominantes, les baby-boomers auraient grandi dans une culture de grande acceptation sociale de la consommation d'alcool et ils profiteraient de meilleures conditions financières pour en consommer (Éduc'Alcool, 2006; Kuerbis et Sacco, 2012; Moriconi, 2012). Ajouté à cela, toujours selon certaines représentations sociales populaires, la retraite pourrait être une période de pertes, de difficultés, d'ennui et de désorganisation propice au développement d'une consommation problématique d'alcool (Éduc'Alcool, 2006; Kuerbis et Sacco, 2012; Santé Canada, 2002).

Ainsi, certains aînés commencent à boire de façon problématique en réaction aux pertes causées par la retraite. D'autres ne peuvent tout simplement pas s'ajuster à la perte de structure et boivent pour se désennuyer. D'autres encore participent à un nombre croissant d'activités sociales où l'alcool est très présent. (Éduc'Alcool, 2006)

Il devient dès lors pertinent aujourd'hui de se demander, dans les faits, au-delà des représentations sociales alarmistes, qu'en est-il des comportements de consommation d'alcool des retraités ? Qu'en est-il surtout, selon le point de vue des personnes à la retraite ? Afin de répondre à cette question et de délimiter les contours de la problématique à l'étude, dans le prochain chapitre, nous avons effectué une recension des écrits qui s'est divisée en deux temps. Dans un premier temps, nous faisons état des transformations majeures survenues au niveau du travail, de la vieillesse et de la retraite. Dans un deuxième temps, nous faisons ressortir les travaux et les recherches portant sur les liens entre le vieillissement et la consommation d'alcool pour en arriver à présenter la littérature qui traite précisément des liens entre la retraite et la consommation d'alcool. Nous ferons une synthèse des travaux recensés pour en dégager de nouvelles pistes de recherche. Enfin, nous terminerons en présentant nos objectifs de recherche.

### 1.1 Les transformations au niveau du travail, de la vieillesse et de la retraite

Afin d'introduire notre objet de recherche et de familiariser le lecteur avec certains contextes qui ont influencé le phénomène de la retraite, nous présentons ici quelques données factuelles et statistiques sur l'évolution du travail, de la vieillesse et de la retraite dans nos sociétés. Rappelons tout d'abord qu'autrefois, surtout dans les régions rurales, le travail commençait dès l'enfance et il était courant qu'il se termine à la mort ou en raison d'une maladie invalidante (Zay, 1985). C'est le cas de la dire, « les gens se tuaient à la tâche ». Avec l'industrialisation et l'universalisation des pensions de vieillesse dans les années 1950, l'âge du départ à la retraite s'est établi progressivement à 65 ans, ce qui correspondait à l'espérance de vie de cette époque (Thierry, 2005).

L'idée que la retraite consistait à quitter un dur et long travail « pour profiter un peu de la vie » (*ibid.*) commençait à prendre tout son sens et à animer les années de la Révolution tranquille. Mais de nos jours, le travail et la retraite occupent un nouvel espace dans le cycle de la vie.

En effet, en 2009, l'âge médian de la prise de la retraite pour les Canadiens était 61,6 ans (Emploi et Solidarité sociale, 2011), « alors que les femmes et les hommes de 65 ans pouvaient s'attendre à vivre encore respectivement 20,5 et 17,2 années en moyenne dans les pays de l'OCDE, et ce, avec beaucoup moins d'incapacités qu'auparavant » (OCDE, 2011). On constate que, de manière générale, les gens entrent beaucoup plus tard sur le marché du travail (les études se poursuivant sur une plus longue période), cessent de travailler à un plus jeune âge, alors qu'ils sont en bonne, très bonne et même excellente santé et qu'ils vivent beaucoup plus longtemps après avoir pris leur retraite (Guillemard, 1995; OCDE, 2011; Ulysse et Lesemann, 1997; Zay, 1985). Ainsi être à la retraite, c'est-à-dire ne pas être en emploi, ne signifie pas nécessairement être une personne âgée ou être vieux. Pourtant, 65 ans est toujours considéré comme l'âge officiel d'entrée dans la vieillesse, parce qu'il est associé à l'éligibilité à la pension de la vieillesse (Grenier et Ferrer, 2010), laquelle est reliée à l'arrêt de travail. Cependant, en tenant compte des transformations dans les parcours de vie et de vieillissement et de l'augmentation spectaculaire de l'espérance de vie, plusieurs chercheurs en gérontologie sociale remettent en question les seuils de la vieillesse, considérant plutôt qu'on accède aujourd'hui à la vieillesse à partir de l'âge de 75 ans (Ulysse et Lesemann, 1997). Les liens qui unissent la retraite et le vieillissement ont ainsi connu des transformations majeures et sont deux concepts différents qui doivent être utilisés pour parler de deux phénomènes différents. Dans ce sens, nous adoptons la posture présentée dans l'ouvrage *Vieillir au pluriel, perspectives sociales* (Charpentier, Guberman, Billette, Lavoie, Grenier et Olazabal, 2010) pour reconnaître que le vieillissement constitue un processus dynamique et un phénomène social complexe qui touche les individus, les populations et les sociétés. Quant à la

retraite, elle renvoie plus spécifiquement à la cessation d'un travail ou d'un emploi rémunéré, laquelle peut survenir à divers moments du parcours de vie et de vieillissement.

### 1.1.1 La transition à la retraite : des parcours de plus en plus diversifiés

Puisque le travail rémunéré occupe une place déterminante dans la vie, et ce, pour plusieurs années, l'arrivée de la retraite occasionne des modifications importantes du quotidien. Notre recension des écrits nous a permis de constater que le statut et les implications du passage à la retraite ont subi d'importantes mutations depuis son institutionnalisation. Dans son ouvrage, devenu un classique, *La retraite : une mort sociale*, Anne-Marie Guillemard (1972) définissait la retraite comme une « cessation institutionnellement réglementée de l'exercice d'une activité professionnelle rémunérée, donnant droit à des prestations de la part de la collectivité ». La retraite, en tant que droit, s'est développée dans un système de rapport de force entre les syndicats des travailleurs et les employeurs dans lequel se sont mis d'accord les deux parties pour reconnaître aux travailleurs vieillissants le « droit à un repos mérité » après des années de services rendus à la collectivité (Guillemard, 1986, dans Legrand 2001). Dans une conception plus nord-américaine, Zay (1985) définissait davantage la retraite comme « une période de transition au cours de laquelle l'individu se défait de certains de ses anciens rôles et en acquiert de nouveaux ». Cette vision de la retraite en tant que processus ou passage est celle qui correspond le mieux à nos réalités contemporaines plurielles.

Avec les bouleversements économiques du milieu des années 1970 et du début des années 1980, les travailleurs âgés ont été amenés, dans certains secteurs d'emploi et à l'aide du développement des « sorties anticipées d'activité », à prendre leur retraite plus tôt que prévu (Mélan, 2001). Dès lors, la retraite, conçue « comme un véritable droit dans les années quarante », devient, au début des années 1980, une sorte de



« devoir » (Legrand, 2001), et même une forme « d'exclusion professionnelle » (Lesemannet D'Amours, 2010).

À la fin des années 1980 et au début des années 1990, puisque le temps « post-professionnel » est beaucoup plus long et se fait avec moins « d'incapacités » (Legrand 2001; OCDE, 2011), « la recherche d'une identité individuelle et collective » au moment de la retraite est un sujet qui gagne de plus en plus de popularité (Legrand, 2001). Avec la « déconnexion » entre le vieillissement social et le vieillissement biologique, les jeunes retraités se voient dans l'obligation de faire un vrai « travail de reconstruction identitaire » (*ibid.*). Quel sens donneront-ils à leur existence en l'absence d'activité productive et professionnelle, d'autant plus qu'ils sont, pour la plupart, en bonne santé et qu'ils ont une perspective d'espérance de vie beaucoup plus longue que leurs prédécesseurs ? Pour répondre à cette question, plusieurs travaux ont abordé l'aspect de la reconstruction ou transition identitaire qui accompagne les nouveaux retraités. Par exemple, les travaux de Vrancken (2001) soulignent que les représentations que les retraités ont de leur avenir renvoient « à une quête de sens de la vie » et que les « difficultés existentielles » inhérentes à la retraite sont perceptibles, tant chez ceux qui sont actifs que chez ceux qui sont plus retirés. En ce qui concerne les difficultés existentielles, les travaux de Noyer (2001) font ressortir que la retraite est constituée d'étapes clairement définies qui montrent « qu'on ne rentre pas dans la retraite ni naturellement, ni facilement, ni immédiatement », que la « quête identitaire du genre nouveau », inhérente à la retraite, répond forcément à une perte de statut et de rôle social. Dans ce sens, plusieurs chercheurs considèrent que la reconstruction identitaire consécutive à la retraite passe, dans un premier temps, par la modification des rôles compris dans la sphère familiale. Par exemple, les travaux de François Laborgne-Uguen (2001) font ressortir que la reconstruction identitaire à travers l'activité de grand-parentage peut prendre des orientations différentes, lesquelles seront plus ou moins favorables à la réalisation de soi. Toujours dans la sphère familiale, les travaux de Pennec (2001), démontrent que « la reconfiguration de

la conjugalité » dans un couple peut prendre plusieurs formes et peut varier selon le sexe. L'arrivée de la femme à la retraite n'aura pas le même impact sur sa reconstruction identitaire conjugale que sur celle de l'homme. Dans certaines situations, lors de la retraite, des femmes auront comme principales motivations de vouloir s'affranchir « de leurs rôles domestiques et familiaux associés à la conjugalité », alors que certains hommes, au contraire, auront plutôt tendance à vouloir enrichir des intérêts issus de leurs investissements précédents. Bref, depuis la fin des années 1980 (début des années 1990), plusieurs travaux tendent à démontrer que la perte de rôle ou de statut social consécutive à l'arrêt de travail inhérente à la retraite « va nécessiter la reconstruction d'une nouvelle identité et d'une nouvelle image de soi à travers un autre fonctionnement de vie » (Pataud et Goury, 2001). Il apparaît ainsi que les transformations dans les modes de vie consécutifs à la retraite sont très variées et, selon notre compréhension de la littérature, ils ont des impacts importants sur la reconstruction identitaire.

Depuis la deuxième moitié des années 1990, la propension à faire sortir les travailleurs du marché du travail plus tôt que l'âge traditionnellement prévu de 65 ans a basculé. En effet, on assiste de plus en plus, dans nombreux secteurs de l'emploi, à une augmentation des personnes qui travaillent au-delà de 60-65 ans. Cette tendance à vouloir garder les travailleurs âgés en emploi s'intensifie depuis les années 2000. Certaines entreprises proposent aux travailleurs qualifiés des avantages pour qu'ils restent en emploi. Du côté de l'État, on parle de plus en plus de repousser l'âge de l'admissibilité à la pension de vieillesse et de nouvelles mesures sociales et fiscales incitatives au maintien en emploi sont envisagées.

Chaque fois que le gouvernement fédéral fait face à des difficultés financières, depuis trente ans, il regarde du côté de la Sécurité de la vieillesse (SV). Brian Mulroney a tenté d'en abolir l'indexation après la récession des années 1980, Jean Chrétien a voulu en restreindre l'admissibilité aux seules familles dans le besoin après la crise des années 1990, et voilà que Stephen Harper songerait à repousser l'âge d'admissibilité à 67 ans. (Sansfaçon, 2012)

Pourtant, dans certains secteurs d'emploi qui ont les conditions pour le faire, les travailleurs se retirent toujours plus tôt que l'âge prévu (Lesemannet *al.* 2010). Le statut de retraité n'est donc plus analysé comme le « résultat d'un processus d'exclusion », « mais bien comme le produit d'inégalités sociales » (*ibid.*). Ces inégalités font que le moment de la prise de retraite, les conditions et les modes de vie, notamment les activités, sont très variés chez les retraités. Par exemple, nous connaissons tous des personnes qui bénéficient d'une rente de retraite et qui travaillent à contrat ou à temps partiel au-delà de 65 ans et même 75 ans. D'ailleurs, une enquête de Statistique Canada a établi qu'en 2006, 23 % des hommes et 10 % des femmes âgées de 65 à 74 ans avaient occupé un emploi rémunéré au courant de l'année. En contrepartie, on peut penser à une collègue ou amie qui a pris sa retraite alors qu'elle avait 50 ou 55 ans parce que sa santé ou les conditions de travail ne lui permettaient plus de continuer. Une étude exhaustive de Crespo (2005) a d'ailleurs permis d'identifier 11 types de parcours de transition entre le travail et la retraite. Par exemple, dès qu'ils toucheront une rente de retraite, pour ceux qui y sont éligibles ou qui bénéficieront d'une pension de leur employeur, certains cesseront toute activité d'emploi rémunéré. D'autres, en touchant des modalités de retraite avec ou sans « pénalité », maintiendront leur emploi de manière durable ou éphémère, à temps partiel ou à temps plein. Aussi, après avoir cessé leurs activités de travail, volontairement ou par obligation (familiale, de santé, etc.), d'autres retraités retrouveront leur travail ou démarreront leur propre entreprise. Ceci nous amène à dire que la durée du processus de transition à la retraite, son rythme, ses motifs et ses conditions varient considérablement, car les processus sont multiples et complexes. Le temps libre à la retraite est, de ce fait, très varié et, par voie de conséquence, influence le mode de vie des retraités.

Outre l'impact de l'arrêt de travail plus ou moins précoce sur le mode de vie, de plus en plus d'auteurs s'interrogent sur l'impact de « l'arrivée de nouvelles cohortes de retraités sur l'évolution des modes de vie » en situation de retraite (Guillemard, 2001). Par exemple, les travaux de Delisle et Ouellette (2001) démontrent que la nouvelle

génération de retraités a un niveau de participation sociale plus élevé que celle qui les précède. Les auteurs parlent d'adeptes du « participationnisme ». En étudiant des cohortes de personnes âgées provenant d'époques différentes, des enquêtes démontrent que l'appartenance à une génération induit des niveaux d'engagement social différents, de nouvelles formes de loisirs et de nouveaux comportements qu'on ne peut pas seulement attribuer à la différence d'âge (Bickel et Lalive d'Épinay, 2001). C'est là que la question des comportements de consommation d'alcool des « nouveaux retraités » trouve toute sa pertinence. Dans la prochaine section, nous nous intéressons particulièrement aux travaux qui ont porté sur la consommation d'alcool chez les personnes âgées, plus particulièrement chez les personnes à la retraite.

## 1.2 Les transformations dans la consommation d'alcool

Dans notre société, lorsqu'on aborde la consommation d'alcool, on s'intéresse surtout aux conséquences de la dépendance et aux comportements problématiques des adolescents ou des adultes en état d'ivresse. À titre d'exemple, les bagarres dans les bars, les relations sexuelles non protégées et surtout la conduite automobile en état d'ébriété sont souvent des comportements qui font parler de la consommation d'alcool. Conséquemment, la consommation d'alcool des personnes plus âgées passe dans l'ombre des problèmes sociaux associés à la consommation de leurs cadets. Notre revue de littérature nous a permis de découvrir que les habitudes et les conséquences de la consommation d'alcool se transforment au cours de la vie. Pour arriver à dresser un portrait des habitudes de consommation d'alcool des retraités, il s'avérerait d'autant plus important de faire une solide recension des écrits pour bien documenter notre propos. Dans la prochaine section, nous allons tout d'abord vous présenter une synthèse des informations recueillies sur les changements dans la consommation d'alcool qui accompagnent l'avancement en âge pour ensuite vous présenter spécifiquement ceux qui accompagnent la transition à la retraite. En s'intéressant aux habitudes générales de consommation d'alcool chez les personnes retraitées, sans nécessairement chercher

à identifier précisément les risques ou les problèmes induits par l'utilisation du produit, notre mémoire fait figure d'innovation.

### 1.2.1 La consommation d'alcool et l'avancement en âge

Selon notre revue de littérature, les modes de consommation d'alcool varient considérablement en fonction de l'avancement en âge des individus (ANPAA, 2009; CCLAT, 2012; Educ'Alcool, 2006; Graziani, 2010; Kuerbis et Sacco, 2012; Marconi, 2012; Menecier, 2010; Petersen et Whittington, 1977; Santé Canada, 2002). Par exemple, les jeunes de 18 à 24 ans boivent moins souvent, sont moins nombreux à boire, mais ont tendance à consommer massivement les fins de semaine avec leurs amis (CCSAT, 2012; Graziani, 2010). C'est dans ce groupe d'âge qu'on a le plus souvent recours à des consommations dites « à haut risque » (CCSAT, 2012; Graziani, 2010). Plus on avance en âge, « plus la consommation devient quotidienne, plus régulière, plus fréquente et plus la quantité par prise diminue » (Graziani, 2010). Une étude épidémiologique (Blazer et Wu, 2009, dans Graziani, 2010), qui a interrogé 10 953 sujets, a démontré que les personnes de plus de 65 ans « présentent moins fréquemment une consommation à risque et moins d'épisodes de boire excessif que les personnes de moins de 65 ans ». D'autres études (Kairouz et Greenfield, 2007, dans Moriconi, 2012) ont montré que les personnes âgées de « 55 ans et plus tendent à consommer de la même manière (i.e. en faible quantité) dans tous les contextes contrairement aux adultes plus jeunes qui tendent à présenter une consommation moyenne d'alcool plus élevée dans les bars et les tavernes et plus faible dans les restaurants ». Certains travaux ont fait ressortir une augmentation du nombre de personnes abstinentes chez les personnes plus âgées par rapport aux plus jeunes (Petersen et Whittington, 1977), alors que d'autres, au contraire, une trentaine d'années plus tard, mettent en évidence une diminution de l'abstinence chez cette population (ANPAA, 2009).

Récemment, Marconi (2012), en comparant deux cohortes (1994 et 2004) de Canadiens âgés de 55 à 75 ans, a démontré que le taux de buveurs et le nombre de périodes de consommation excessive a augmenté chez cette population en l'espace de dix ans. Cette augmentation serait due à un contexte social/environnemental plus permissif vis-à-vis la consommation d'alcool. Précisons que chez les personnes de 55 ans et plus, celles qui ont un meilleur revenu ont plus souvent recours à des épisodes de forte consommation d'alcool que celles qui ont un faible revenu (Folkman et Lazarus 1989). De plus, les personnes qui boivent de l'alcool se perçoivent en meilleure santé que celles qui n'en consomment pas (Marconi, 2012).

Au chapitre de la santé, dans la littérature on associe souvent les personnes âgées à des « vieillards fragiles » (Menecier, 2010). En effet, nous avons constaté que la principale préoccupation soulevée dans la littérature à propos de « la consommation d'alcool des aînés » est l'accentuation de leur vulnérabilité face à cette consommation. La vulnérabilité est « une prédisposition à être attaqué, blessé et dépendrait de l'ensemble des fragilités d'un individu » (Fernandez, 2009). Le vieillissement, au niveau physiologique, s'accompagne, entre autres, d'une réduction de la proportion d'eau dans le corps, ce qui amplifie la puissance de l'alcool (Santé Canada, 2002). Sans même augmenter la quantité ou la fréquence d'alcool consommé, en prenant de l'âge, les individus sont plus « vulnérables » aux effets de l'alcool (*ibid.*). Aux États-Unis, on recommande que la quantité d'alcool considérée comme à risque soit plus faible pour les aînés que pour la population adulte (Kuerbis et Sacco, 2012). Au Canada, on remet en question la pertinence de faire des recommandations spécifiques sur la consommation d'alcool simplement à partir de l'âge des individus. On considère que « c'est davantage sur la base des caractéristiques individuelles que des restrictions quant à la consommation d'alcool devraient être faites », comme l'état de santé général et la prise de médicaments (Éduc'Alcool, 2006).

Finalement, dans la littérature, il y a une tendance à reconnaître qu'il n'y a pas un profil type de consommateur d'alcool chez les personnes âgées (Santé Canada, 2002). Comme nous l'avons souligné dans la première partie de ce chapitre, les personnes âgées constituent un groupe social très diversifié. La classification la plus utilisée est basée sur les habitudes antérieures de consommation et sur l'âge où sont apparus des problèmes relatifs à cette consommation. Il semble y avoir un consensus qui veut que, chez les personnes âgées ayant des difficultés face à la consommation d'alcool, les deux tiers les auraient développées tôt dans leur vie, alors que le tiers les auraient développées tard, soit autour de 60-65 ans (Menecier, 2010). Ainsi, on identifie souvent la retraite comme pouvant influencer les habitudes de consommation d'alcool. Comme nous le verrons dans la prochaine partie, plusieurs chercheurs se sont intéressés aux effets de la retraite sur la consommation d'alcool.

### 1.2.2 La consommation d'alcool et la retraite

Puisque nous ne disposons pas de recherches canadiennes ou québécoises portant précisément sur les liens entre la transition à la retraite et la consommation d'alcool, notre revue s'est concentrée sur des travaux français et américains. L'enquête qui est sans doute la plus vaste sur le sujet est celle de Zins, Guéguen, Leclerc et Goldberg (2003), basée sur un échantillon de 20 625 volontaires. Bien qu'elle ne fournisse pas d'information sur « les singularités de chaque individu » (Zins, 2011), elle a pu faire ressortir des « déterminants sociaux » qui influencent la consommation d'alcool des retraités.

L'ouvrage qui regroupe la plus grande variété d'informations sur les liens entre la retraite et la consommation d'alcool est sans doute celui de Kuerbis et Sacco (2012), *The impact of retirement on the drinking patterns of older adults : A review*. Ce texte dresse une revue de littérature des articles, majoritairement américains, qui ont tenté de vérifier, depuis les vingt-cinq dernières années, les impacts de la retraite sur la

consommation d'alcool. Cette revue a comme importance de critiquer et d'analyser les théories et les constats empiriques qui explorent la relation entre la consommation d'alcool et la retraite. Sur les 28 articles sélectionnés, 13 ont été récupérés et 15 ont été exclus parce qu'ils ne répondaient pas aux critères des chercheurs. Par exemple, parce les auteurs étaient intéressés seulement par l'impact de la retraite sur la consommation d'alcool, tous les articles qui portaient sur la retraite anticipée pour cause d'invalidité ont été exclus. Voici une synthèse des constats empiriques que nous avons dégagés à partir de la littérature abordant la retraite et la consommation d'alcool.

Tout comme avec l'âge, certaines études tendent à démontrer que la retraite est associée à une diminution des problèmes reliés à la consommation d'alcool. Par exemple, l'enquête de Neve, Lemmens et Drop, (2000) a démontré que la retraite, parmi d'autres événements de la vie, était associée à une diminution des problèmes liés à la consommation d'alcool. Dans le même sens, Bacharach, Bamberger, Cohen et Doveh (2007) ont illustré que, chez des personnes ayant une consommation problématique d'alcool, la perte d'un réseau de consommateurs en milieu de travail était associée à une diminution de ces problèmes. En contrepartie, les recherches de Perriera et Sloan, (2001) ont montré que chez les personnes ayant des historiques de problèmes d'alcool, les problèmes des retraités diminuaient moins que ceux qui travaillaient toujours.

Dans un autre ordre d'idée, des études tendent à établir qu'il n'y a pas de lien entre la retraite et l'augmentation ou la diminution de la consommation d'alcool. Par exemple, Brennan et Schutte (2010) ont démontré que, bien que la retraite semblait être associée à une baisse marquée de la fréquence et de la quantité de consommation d'alcool, en contrôlant certaines variables, dont des données démographiques et le fait d'avoir un historique de problème d'alcool, ces effets étaient disparus. Dans le même sens, les travaux d'Ekerdt et De Labry (1989) ont révélé que même si la retraite démontrait une plus grande variabilité dans les profils de consommation par rapport à ceux qui



travaillaient, elle n'était pas associée à une augmentation ou diminution générale de la consommation d'alcool.

En contrepartie, des études démontrent que la retraite est associée à une augmentation de la consommation d'alcool et font ressortir des facteurs qui influencent cette relation. Par exemple, les travaux de Zins, Guéguen, Leclerc et Goldberg (2003) font ressortir que le pourcentage de « gros consommateurs » augmente avec la retraite. Chez les hommes, cette augmentation est plus importante chez les cadres que chez les agents de maîtrise ou les agents d'exécution (ouvriers), chez qui le pourcentage de gros consommateurs a globalement diminué. Pour les femmes, il y a une augmentation de grosses consommatrices sans distinction entre les groupes socioprofessionnels. De plus, Bacharach, Bamberger et Biron (2008) ont constaté que ceux qui avaient eu beaucoup de satisfaction au travail avaient une plus grande consommation d'alcool et d'autres problèmes associés lors de la retraite que ceux qui avaient été insatisfaits de leur travail. Par ailleurs, Richman et Zlatoper (2006) ont établi que, dans l'ensemble, chez les gens qui déclarent avoir vécu un stress persistant au travail, les retraités buvaient plus que ceux qui travaillaient toujours et vivant le même profil de stress. Pour ce qui est du contexte social/environnemental, une enquête (Alexander et Duff, 1988) auprès des résidents de trois communautés de retraite a révélé que la consommation régulière était plus fréquente dans ces communautés que dans la population en général chez les personnes du même âge.

D'autres études ont fait ressortir des liens entre des circonstances de la transition à la retraite et la consommation d'alcool. À ce chapitre, Bacharach, Bamberger, Biron et Horowitz-Rozen (2008), ont démontré que les travailleurs qui avaient quitté volontairement leur travail, buvaient moins souvent, prenaient de moins grandes quantités d'alcool et avaient moins de problèmes reliés à l'alcool lors de la retraite que ceux qui avaient quitté involontairement. Ces résultats sont confirmés par l'étude d'Henkens et Solinge (2008). En restant dans le processus de transition, Bacharach,

Bamberger, Sonnenstuhl et Vashdi, (2004) ont révélé que l'augmentation du nombre de périodes de forte consommation ou de consommation problématique était significativement plus élevé chez les retraités « complets » que chez les « semi-retraités » ou que chez les travailleurs à temps plein. Pour conclure ce chapitre, nous proposons de faire une synthèse des écrits recensés afin de démontrer la pertinence et l'originalité de notre recherche et de présenter nos objectifs.

### 1.3 La pertinence de la recherche

Les travaux recensés concernant la retraite mettent en évidence des transformations majeures survenues dans les institutions du travail et de la retraite dans nos sociétés. Les analyses démontrent clairement que le statut de la retraite et ses implications se sont transformés et ont des implications très diversifiées. Les recherches axées sur l'expérience des retraités ont permis de constater que la retraite implique une quête identitaire et une nouvelle image de soi, lesquelles sont consécutives aux nouveaux fonctionnements de vie qui peuvent varier d'un individu à l'autre. Ces travaux sur la « transition identitaire », ont apporté une innovation dans la manière d'étudier la retraite, « car jusque-là, les représentations subjectives des jeunes retraités avaient été peu abordées » (Guillemard, 2001). De plus, « la retraite n'est plus synonyme de vieillesse » (Legrand, 2001) et l'appartenance à une génération peut avoir des impacts sur les habitudes de vie « qu'on ne peut pas seulement attribuer à la différence d'âge » (Bickel et Lalive d'Épinay, 2001). Aussi, on constate que « les parcours de vie et d'expériences reliés à l'avancement en âge (dont la retraite) se conjuguent au pluriel et se déclinent différemment selon de multiples facteurs personnels et sociaux » (Charpentier *et al.*, 2010) qui devront être pris en compte dans notre recherche.

En ce qui concerne la consommation d'alcool, de manière générale, les recherches démontrent qu'en prenant de l'âge les gens boivent plus régulièrement mais en moins grande quantité (Graziani, 2010). En contrepartie, il y aurait peu d'intérêt et une sous-

déclaration des problèmes associés à cette problématique (Éduc'Alcool, 2006; Fernandez, 2009; Graziani, 2010; Kuerbis et Sacco, 2012; Menecier, 2010; Santé Canada, 2002). Il nous apparaît difficile de conclure que l'arrêt de travail, pris isolément, cause une augmentation globale de la consommation d'alcool ou des problèmes pouvant y être associés. Cependant, les résultats empiriques nous laissent croire qu'il existe un ensemble de facteurs pouvant influencer la consommation d'alcool lors de la retraite. Dans ce sens, faire partie d'une cohorte qui a grandi dans un contexte social/environnemental favorable à la consommation d'alcool (Marconi, 2010), avoir un statut social professionnel élevé (Zins, 2003), avoir une bonne santé auto perçue (Marconi, 2012), avoir travaillé dans un contexte de haut niveau de stress (Richman, Zlatoper, Zackula Ehmke et Rospenda, 2006), avoir été satisfait de son travail (Bacharach, et al., 2008), avoir quitté involontairement son travail (Bacharach *et al.*, 2008; Henkens, Van Solinge et Gallo, 2008) et complètement son milieu travail (Bacharach *et al.*, 2004) et être en contact avec un large éventail de réseaux sociaux (Alexander et Duff, 1988), semblent être des facteurs pouvant prédisposer les personnes en situation de retraite à augmenter leur consommation globale d'alcool. Contrairement à ce que nous avons anticipé, il est difficile de faire des liens entre un historique de problème de consommation d'alcool lors des activités professionnelles et une augmentation de cette dernière avec l'arrivée de la retraite. Néanmoins, chez les personnes ayant un historique de problème de consommation d'alcool, la distanciation d'un réseau de collègues consommateurs, peut être associée à une diminution de la consommation avec l'arrivée de la retraite.

Les enquêtes et les recherches ont permis d'identifier plusieurs facteurs pouvant influencer la relation entre la retraite et la consommation d'alcool, lesquels seront déterminant dans l'orientation de notre enquête. Toutefois, peu ou pas d'études s'est penchée sur le point de vue subjectif des personnes retraitées pour appréhender la retraite et la consommation d'alcool. Dans la majorité des études, l'opérationnalisation du concept de retraite consistait essentiellement à vérifier si les participants avaient ou

pas cessé de travailler (Kuerbis et Sacco, 2012). Du côté du concept de consommation d'alcool, son opérationnalisation consistait essentiellement à vérifier si les participants avaient ou pas, augmenté la quantité, la fréquence ou les problèmes pouvant être associés à leur consommation.

En combinant les résultats issus de la recherche en gérontologie sociale et ceux issues de la recherche portant sur la consommation d'alcool des retraités, nous considérons que les recherches futures pourraient appréhender la retraite au-delà de l'arrêt de travail. Aussi, la consommation d'alcool pourrait être envisagée au-delà de la quantité consommée ou des problèmes associés. Afin de tenir compte de la pluralité des parcours de retraite et des différentes implications personnelles dans la consommation d'alcool, les représentations subjectives des retraités pourraient être appréhendées. Dans la dernière section de la problématique, nous vous présenterons nos objectifs de recherche.

#### 1.4 Les objectifs de recherche

Dans le cadre de cette recherche, nous proposons de questionner des personnes retraitées sur leur consommation d'alcool en lien avec leur retraite. Expérimentent-elles des changements ou des transformations dans leur consommation d'alcool ? Si oui, à quoi les attribuent-elles ? Notre angle de recherche nous semble d'autant plus justifié face à l'écart qui existe entre les travaux sociologiques traitant spécifiquement des transformations contemporaines de la retraite, lesquelles se préoccupent davantage du point de vue des personnes concernées, et ceux concernant spécifiquement la consommation d'alcool des retraités, lesquels ne semblent pas tenir compte des récits subjectifs des principaux intéressés. D'ailleurs, connaître le point de vue des personnes

retraitées pourrait nous aider à mieux décrire et comprendre les aspects de la retraite (activités, horaires, responsabilités familiales ou émotionnelles, transformations identitaires) qui peuvent être liés, ou pas, à la consommation d'alcool. En tenant compte de la connaissance acquise sur notre objet de recherche et en prenant assises sur la perspective du parcours de vie, nous croyons être en mesure de mieux connaître et comprendre la consommation d'alcool des retraités. À l'aide de notre recherche, nous souhaitons apporter un éclairage nouveau aux personnes qui travaillent auprès des personnes retraitées (ou de celles qui sont sur le point de l'être) et, par la suite, leur permettre d'améliorer leurs pratiques. Ce qui nous amène à énoncer nos objectifs de recherche.

Notre objectif principal est :

- d'explorer la consommation d'alcool des personnes retraitées en lien avec leur transition à la retraite

Les objectifs spécifiques sont de :

- 1) recueillir le point de vue des retraités sur leur transition à la retraite et sur les changements qui l'ont accompagnée, ou pas, notamment en ce qui a trait à leurs réseaux sociaux, leurs modes de vie au quotidien et leur identité;
- 2) connaître le point de vue des retraités sur leur consommation d'alcool et identifier si cette dernière s'est modifiée, ou non, en lien avec leur transition à la retraite;
- 3) identifier, selon les retraités, les raisons qui font qu'il y a eu, ou pas, des changements dans leur consommation d'alcool en lien avec leur transition à la retraite;
- 4) dégager des recommandations pour la recherche et l'intervention concernant la consommation d'alcool des personnes qui vont être ou qui sont à la retraite.

Le prochain chapitre abordera les assises théoriques et conceptuelles sur lesquelles repose notre démarche de recherche.

## CHAPITRE II

### CADRE CONCEPTUEL

Ce chapitre traite des dimensions théoriques qui seront utilisées pour appréhender notre objet de recherche. Cette réflexion est importante, car la cohérence intrinsèque et générale de notre démarche en dépend. Dans un premier temps, nous présenterons le paradigme qui nous a inspiré, soit celui du parcours de vie. Ici, le terme paradigme est utilisé pour désigner une « orientation théorique qui établit un champ commun d'études et qui guide l'analyse aussi bien théorique qu'empirique (en termes de formulation de concepts, d'identification de questions pour la recherche, de choix des stratégies d'enquête et des modes de traitement des données) » (Merton, 1968, dans Lalive d'Epinay, Bickel, Cavalli et Spini, 2005). Dans un deuxième temps, nous présenterons les principaux concepts de notre recherche, soit la transition à la retraite et la consommation d'alcool.

#### 2.1 Une approche inspirée du paradigme du parcours de vie

Pour ce projet, nous avons choisi le paradigme de la perspective du parcours de vie. Ce choix de perspective, dite des parcours de vie, ne s'est pas fait a priori mais plutôt en tenant compte de nos objectifs de recherche et des recommandations issues de la littérature portant sur notre problématique. En effet, cette orientation nous permettra de tenir compte des interprétations subjectives des retraités et de la multiplicité des transitions qu'ils vivent à la retraite (Grenier et Ferre, 2010). De plus, la perspective des parcours de vie implique d'examiner le développement humain comme un phénomène multidimensionnel, évolutif, et de faire la recherche à partir de plusieurs disciplines (Cavalli, 2008). Pour notre part, nous proposons de construire de la

connaissance en étant inspiré par cette perspective, d'autant plus que, d'après notre exploration, il n'existe pas de travaux qui ont étudié notre objet de recherche précisément à partir de cette posture.

Selon Lalive D'Epinay, reconnu pour son utilisation de cette perspective dans l'étude du vieillissement, c'est au cours de la deuxième moitié du 20<sup>e</sup> siècle que « différentes traditions disciplinaires ont convergé dans l'élaboration du paradigme du parcours de vie » (Lalive d'Epinay *et al.*, 2005). Au moins quatre « courants de recherche » sont directement liés au développement de ce paradigme : « les travaux qui abordent la différenciation démographique entre âge, temps historique et cohorte »; « la psychologie développementale »; « les travaux qui analysent les conjonctures entre l'histoire, les vies individuelles et les vies de groupe » et finalement ceux qui analysent « l'aménagement ou la construction sociale et culturelle du déroulement de la vie humaine et des parcours de vie » (*ibid.*). Le sociologue américain Elder est celui qui a le plus contribué à réunir les idées théoriques qui guident la réflexion sur la perspective du parcours de vie (Cavalli, 2008; Hutchison, 2007). Selon Cavalli (2008), Elder, dans ses travaux les plus récents, présenterait cinq principes heuristiques fondamentaux sur lesquels s'appuie le paradigme du parcours de vie. Voici maintenant les principaux postulats que nous allons emprunter pour réaliser notre recherche.

Un premier principe est celui « d'enchâssement sociohistorique ». Les individus ont des parcours de vie qui sont « enchâssés dans et façonnés par les temps historiques et les événements » dont ils font l'expérience au cours de leur vie (*ibid.*). Par exemple, avoir 60 ans aura des impacts différents sur les trajectoires de vie et sur les transitions que vivra un individu, dépendamment s'il vit au Québec, en France ou en Hongrie, dans les années 1920, au temps des « trente glorieuses », ou durant les périodes de récession. Les chercheurs qui s'intéressent particulièrement aux influences du contexte historique sur les comportements individuels utilisent beaucoup le concept de « cohorte » (Hutchison, 2007). Une cohorte est un groupe de personnes nées au même

moment historique et qui vivent des changements sociaux au sein d'une culture donnée dans le même ordre et aux mêmes âges. En ce qui concerne notre objet de recherche, précisons que des auteurs (Adams et Cox, 1995; Douglass, Schuster et McClelland, 1988; Meyers, Goldman, Hingson et Scotch, 1981, dans Moriconi, 2012) ont élaboré des modèles explicatifs qui supposent « que les attitudes et les profils de consommation d'alcool sont intimement reliés aux expériences de vie d'une génération » (Moriconi, 2012).

Le deuxième est « le principe d'articulation entre changements et événements sociétaux et position individuelle dans le parcours de vie ». L'impact d'une transition, d'un événement ou des changements sociétaux sur le déroulement d'une vie varie en fonction du moment dans le cours de l'existence des individus et en fonction de la position qu'ils occupent dans le « système de stratification socioprofessionnelle » (Lalivé d'Epinay *et al.*, 2005). Par exemple, lorsque la consommation d'alcool a été prohibée ou encore lorsqu'elle est « redevenue légale », ces changements ont pu avoir eu des impacts différents sur les individus, notamment s'ils avaient l'âge légal ou pas d'en consommer. De même, les modifications sociétales relatives aux « sorties anticipées d'activités » ou à l'éloignement de l'âge de la retraite ou encore pour « toucher la pension de vieillesse » auront des impacts différents, dépendamment si les individus débutent ou terminent leur carrière ou s'ils ont droit, ou pas, à une pension de leur employeur. « Vivre des transitions *on time*, c'est-à-dire en accord avec les normes d'âge et les calendriers sociaux culturellement partagés ou institutionnalisés, permet d'en anticiper les conséquences et facilite l'adaptation ainsi que l'acquisition des nouveaux rôles (Cavalli, 2008).

Le troisième, c'est « le principe de vie en réseau ». Les actions des individus influencent et sont influencées par celles de leurs pairs. « Les influences socio-historiques s'expriment au travers de ce réseau de relations partagées » (Lalivé d'Epinay *et al.*, 2005). Comme nous l'avons vu au chapitre de la problématique,



la consommation d'alcool des individus lors de l'activité professionnelle (Bacharach *et al.* (2007) et lors de la retraite (Alexander *et* Duff, 1988) est influencée par les interactions qu'ils entretiennent avec leurs pairs.

Un quatrième principe, appelé « principe d'autonomie », stipule que :

les individus construisent leur propre parcours de vie à travers leurs choix. Les actions qu'ils entreprennent à l'intérieur des opportunités et des contraintes imposées par l'histoire et les circonstances sociales, dépendent des ressources disponibles, de l'accumulation d'expériences et de savoirs, de même que du développement identitaire. (Lalivé *et* Epinay *et al.*, 2005)

Comme nous l'avons vu, la manière de passer de l'activité professionnelle à la retraite (volontairement ou pas, préparée ou pas, avant ou après l'âge typique, etc.), dépend des choix des individus. Ces choix sont influencés par la présence de ressources et de contraintes (état de santé, pension de l'employeur, possibilités d'activités, etc.), lesquelles « se construisent déjà à partir du milieu social familial, puis dans la formation et finalement tout au long de la vie de travail » (Lesemann *et* D'Amours, 2012).

Enfin, un dernier principe est celui du « *life-span development* ». Le développement des individus est un processus qui se poursuit tout au long de l'existence, de la naissance à la mort (Baltes, Lindenberger *et* Staudinger, 1998, dans Cavalli, 2008). Il est donc difficile de comprendre les périodes de la vie de manière isolée, sans tenir compte de certains aspects du passé (Cavalli, 2008; Hutchison, 2007). Pour explorer la consommation d'alcool des retraités, les recherches retenues dans notre revue de littérature ont toutes, d'une manière ou d'une autre, exploré la consommation d'alcool des individus lorsqu'ils étaient en période d'activités professionnelles. La notion de transition est souvent utilisée pour regarder comment les individus évoluent à travers les principales périodes de changement de leur vie (Cavalli, 2008; Hutchison, 2007). Cette notion de transition est centrale dans notre démarche, car c'est à travers cette dernière que nous aborderons notre concept de retraite. Une transition est un changement qui implique à la fois l'abandon de rôles antérieurs et l'acquisition de

nouveaux rôles (Elder, 1998). Elle peut se traduire par des changements de statut et d'identité (Glaser et Strauss, 1971, dans Cavalli, 2008).

Enfin, dans le cadre de notre propre recherche, c'est autour des grands principes de la perspective du parcours de vie énumérés plus haut que nous proposons de construire de la connaissance sur la transition à la retraite et la consommation d'alcool. Nous posons d'emblée que la retraite et la consommation d'alcool, sont des phénomènes « enchâssés dans et façonnés » par de multiples interactions impliquant plusieurs facteurs, dans lesquelles évoluent les individus. Nous pensons au contexte sociohistorique, à la position individuelle qu'ils occupent dans leur parcours de vie, aux choix qu'ils appliquent en fonction des opportunités et des contraintes qui leur sont imposées par l'histoire et par les structures sociétales dans lesquelles ils évoluent, à leurs réseaux de relations sociales et finalement à des aspects de leur passé qui concernent, notamment, leur parcours professionnel et leur parcours de consommation d'alcool. De plus, nous croyons que la transition à la retraite implique beaucoup plus que le simple fait d'arrêter de travailler et que la consommation d'alcool ne se résume pas à la quantité et aux conséquences négatives de l'utilisation du produit. Dans la prochaine et dernière partie de ce chapitre, nous présenterons et définirons précisément les concepts qui seront utilisés pour approcher notre objet de recherche.

## 2.2 Les concepts clés

Notre recherche gravite autour de deux concepts de base : la transition à la retraite et la consommation d'alcool. Voici comment nous entendons opérationnaliser ces concepts.

### 2.2.1 La transition à la retraite

La retraite est un concept, voire un construit social, qui a beaucoup évolué depuis son institutionnalisation. Comme nous l'avons souligné dans le chapitre sur la

problématique, le développement de la société salariale et l'organisation du marché du travail, avec leurs exigences, ont entraîné une « conception ternaire (en trois étapes) des âges de la vie : formation, travail et retraite » (Lesemannet *al.*, 2010). Par la suite, le développement des « sorties anticipées d'activité », notamment en abaissant l'âge moyen de la prise de la retraite, a provoqué un remodelage des transitions à la retraite (Guillemard, 2001). Ajoutée à tout cela, l'augmentation de l'espérance de vie en bonne santé a produit une nouvelle étape de vie entre l'arrêt d'activité professionnelle et la grande vieillesse. Cette nouvelle étape de vie, de plus en plus longue, amène les individus à faire un « vrai travail de reconstruction identitaire » lors de la transition à la retraite (Legrand, 2001). De plus, l'entrée de nouvelles cohortes à la retraite influence les comportements des retraités.

En concordance avec notre perspective théorique du parcours de vie et après consultation de la littérature, nous optons pour une conception de la retraite en tant que transition. Parmi les modèles consultés, nous avons retenu celui de Vincent Caradec (2008). Selon ce dernier, plusieurs auteurs ont souligné les difficultés de la transition à la retraite dans nos sociétés contemporaines. Par exemple, Cumming et Henry (1961) dénotent trois difficultés auxquelles fait face la personne qui entre à la retraite : la perte de son « statut », la privation de « son rôle instrumental » et la perte du « groupe des pairs formé par les collègues de travail » (Cumming et Henry, 1961, dans Caradec, 2008). En contrepartie, des études comme celles Paillat (1989) et Crenner (2004) montrent que la majorité des personnes vivent plutôt bien leur passage à la retraite, bien qu'une minorité expérimente une adaptation plus difficile (Caradec, 2008).

Un des intérêts des travaux de Caradec (2008) est d'aborder la transition à la retraite à travers la dimension identitaire. Pour lui, « la transition identitaire » à la retraite est un « processus à la fois réflexif, pragmatique et dialogique ». La transition est réflexive car elle « suppose un dialogue intérieur, une réflexion sur soi, une interrogation de l'individu sur ce qu'il est ». Elle est aussi pragmatique, car « elle passe par des actions,

des engagements, des investissements dans le monde » qui, au niveau macrosocial dépendent des « opportunités d'engagement », et dialogique, car « les autres jouent un rôle essentiel dans ce processus, l'individu étant notamment amené à réagir aux images de lui-même que lui renvoie autrui ».

Afin d'explorer la manière dont s'effectue la transition à la retraite selon les retraités, Caradec propose d'appréhender trois mécanismes de transition identitaire : la désocialisation professionnelle anticipée, la croyance dans la crise de la retraite et l'engagement dans des activités nouvelles pour lesquelles les retraités disposent de trois types de support, soit collectif, personnel et relationnel. Voici les mécanismes de transition identitaire au moment de la retraite empruntés au modèle Caradec (2008).

Qu'entend-il par « désocialisation professionnelle anticipée » ? Selon lui, la transition à la retraite passe par une prise de « distanciation » de « l'investissement professionnel ». Cette « démobilisation » débute dans les derniers temps de l'activité et s'explique par plusieurs motifs. Elle peut être favorisée par la fatigue, par des écarts de production ou de valeur entre les travailleurs âgés et les plus jeunes. Elle peut aussi être favorisée par l'attirance en la retraite, en raison « des valeurs d'épanouissement et de réalisation de soi » qui y sont associées (*ibid.*). Les conditions qui favorisent cette distanciation peuvent être perçues par le travailleur âgé et/ou être renvoyées par le milieu de travail ou familial. Retenons que le futur retraité peut passer par une réflexion où il se convainc du bien-fondé de la cessation de ses activités professionnelles. Si ce mécanisme est « bloqué », il arrive que des effets négatifs ou « dramatiques » surviennent lors de la transition à la retraite (*ibid.*). En temps et lieu, nous pourrions nous intéresser à la manière et aux conditions dans lesquelles s'est effectuée « la désocialisation professionnelle anticipée » des individus.

Le second mécanisme à observer, qui débute aussi avant l'arrêt de travail, est « la croyance dans la crise de la retraite ». Bien que les appréhensions quant au caractère intrinsèquement nocif de la retraite soient « empiriquement erronées », cette croyance

aurait une fonction positive. Toujours selon Caradec, la croyance que la retraite provoquera une crise agit comme un facteur de vigilance. Lorsque le futur retraité est « sur ses gardes », il tente d'éviter « la crise annoncée » et prend « au sérieux les changements de statut qui seront accompagnés par la retraite ». Nous pourrions explorer la manière dont les individus anticipaient leur retraite et comment ils s'y sont préparés.

Le troisième mécanisme que l'on peut explorer pour appréhender la transition identitaire lors de la retraite est « l'engagement dans un nouveau mode de vie et dans de nouvelles activités », pour lequel les retraités disposent de trois types de support : collectif, personnel et relationnel. Ces supports sont « plus ou moins efficaces » et vont « faciliter ou entraver » la reconstruction identitaire.

Les supports collectifs sont, d'une part, les représentations de la retraite qui, notamment, veulent que la retraite soit « une nouvelle étape de vie qui favorise la réalisation et l'épanouissement de soi » et, d'autre part, les rôles sociaux associés à cette étape qui sont valorisés, comme celui de bénévole et de grands-parents.

Les supports personnels, quant à eux, représentent les compétences, les talents, les capacités à travers lesquels le retraité se définit et qu'il souhaite développer à l'avenir et, plus particulièrement, ce qu'il a le sentiment d'être. L'exploration des supports personnels peut nous permettre de comprendre pourquoi « les rôles socialement valorisés » à la retraite « sont plus ou moins facilement investis ». Par exemple, l'investissement dans le bénévolat ou le rôle de grand parent « n'est pensable que s'il fait sens pour le retraité, notamment par rapport à sa trajectoire antérieure ».

Enfin, les supports relationnels impliquent le soutien apporté par les pairs, surtout par le conjoint et les enfants. Les proches peuvent proposer au nouveau retraité de s'engager dans une association ou de s'impliquer dans la garde de ses petits-enfants. Ils peuvent avoir des conséquences très « inégales ». Par exemple, le conjoint joue un rôle important en tant que soutien lors du passage à la retraite. Des enquêtes (Paillat

1989; Crenner, 2004, dans Caradec, 2008) montrent « que vivre seul constitue un facteur de mauvaise adaptation à la retraite » (Caradec, 2008). Par contre, dans certains cas, le conjoint peut nuire au processus de transition identitaire en invalidant la personne retraitée « dans ses tentatives de reconstruction de soi ». Il sera pertinent de voir si nos retraités font référence à leurs supports (sociaux, personnels et collectifs) pour expliquer comment s'est effectuée leur transition à la retraite.

Pour terminer avec le concept de transition à la retraite, l'étude de ces mécanismes et de ces supports a permis à Caradec (1996) de comprendre pourquoi, la plupart du temps, la transition à la retraite se passe en douceur et pourquoi quelquefois, lorsque ces mécanismes sont entravés, elle se fait plus difficilement. Dans le cadre de nos travaux, nous utiliserons le modèle de Caradec essentiellement pour observer si nos retraités réfèrent à ces mécanismes pour expliquer leur expérience de la transition à la retraite. Nous vérifierons quels sont les mécanismes et les supports qui sont impliqués dans cette transition et comment ils agissent. Ceci nous permettra, ultérieurement et toujours à partir du point de vue des retraités, d'explorer des pistes interprétatives pour comprendre les changements, ou non, dans la consommation d'alcool des retraités. Dans la prochaine partie, en continuité avec la perspective du parcours de vie et le modèle de Caradec, nous aborderons notre second concept, celui de la consommation d'alcool.

### 2.2.2 La consommation d'alcool

C'est dans le contexte du vieillissement de la population et de l'arrivée massive des retraités que plusieurs chercheurs se sont intéressés à leur consommation d'alcool (Kuerbis et Sacco, 2012). À travers les recherches, plusieurs concepts ont été utilisés pour appréhender la consommation d'alcool des retraités-es : consommation d'alcool, consommation occasionnelle, consommation lourde, grosse consommation, consommation problématique, consommation à risque, consommation abusive, etc.

Peu importe les termes utilisés, l'opérationnalisation du concept de consommation d'alcool consistait toujours à mesurer et/ou à catégoriser la consommation d'alcool, principalement à partir de trois indicateurs : la quantité consommée, la fréquence de la consommation et les problèmes qui y sont associés. Nous ne pourrions pas nous inspirer de cette façon d'opérationnaliser le concept de consommation d'alcool, parce qu'il ne laisse pas de place aux interprétations subjectives des retraités-es quant aux aspects de leur consommation et aux raisons qui expliquent les changements, ou pas, de leur consommation.

Afin de préciser notre concept, nous nous sommes posé la question : qu'est-ce qu'on veut explorer ? Nous voulons explorer les changements survenus, ou pas, peu importe le type de changement dans la consommation d'alcool des personnes en lien avec leur transition à la retraite. Nous voulons aussi étudier la consommation d'alcool sur la base des interprétations subjectives des retraités, et non à partir de grilles qui se restreignent à catégoriser les effets ou les modes de consommation des individus. Donc, le concept que nous allons utiliser ne doit pas avoir pour objectif ou pour effet de catégoriser ou de diagnostiquer d'emblée la consommation d'alcool des individus. C'est pour cette raison que le terme que nous avons choisi est simplement « consommation d'alcool ». Ce terme est le plus neutre et le plus inclusif que nous avons rencontré. Par contre, malgré nos recherches, nous n'avons pas trouvé de modèle ou de définition qui ne servait pas à catégoriser ou à identifier les risques ou la dangerosité associés à la consommation d'alcool. Nous avons donc décidé de partir de la définition du mot : « consommation » et de la préciser avec le produit de « l'alcool » :

La consommation désigne un ensemble de comportements réalisés par des individus, des entreprises ou un État, dans le but de satisfaire des besoins ou désirs depuis la décision et les modalités d'achat de biens ou services, jusqu'aux interactions entre les multiples paramètres qui gravitent autour de l'achat et de son usage. (La dissertation, 2012).

La définition de la consommation d'alcool que nous avons choisie désignera donc l'ensemble des comportements réalisés par les individus, dans le but de satisfaire leurs besoins liés à leur consommation d'alcool.

La souplesse de cette définition, en plus des trois aspects déjà étudiés par la recherche (quantité, fréquence et problèmes associés), nous permettra d'envisager d'autres dimensions de la consommation d'alcool. Afin d'opérationnaliser notre concept, nous avons fait ressortir des observations empiriques et des hypothèses issues de la recherche sur la consommation d'alcool des retraités, pour ensuite les rattacher aux principes de la perspective du parcours de vie et à ceux du modèle de Caradec. Voici maintenant comment nous allons opérationnaliser notre concept de la consommation d'alcool.

Tout d'abord, rappelons qu'il existe des différences dans la consommation d'alcool entre les « groupes d'âge ». Cette observation a notamment donné naissance à « l'explication de la cohorte », qui suppose que les attitudes et les profils de consommation d'alcool sont intimement liés aux expériences de vie d'une génération (Moriconi, 2012). Cette explication est en cohérence avec le « principe d'enchâssement sociohistorique » de la perspective du parcours de vie, qui dit que les comportements des individus sont façonnés par les temps historiques et les événements dont ils font l'expérience au cours de leur vie (Lalivé d'Epinay *et al.*, 2005). Bien que la consommation d'alcool soit influencée par la cohorte de provenance, les personnes âgées de 55 ans et plus boivent tout de même en plus petites quantités que les plus jeunes de leur cohorte respective (Marconi, 2012). Ce constat soulève l'hypothèse que, malgré l'influence d'un contexte social et environnemental plus favorable à la consommation d'alcool, les transformations normales liées au vieillissement influencent tout de même la modification des comportements de consommation d'alcool (Marconi, 2012). Rappelons que l'impact d'une transition, d'un événement ou des changements sociétaux sur le déroulement d'une vie varie en fonction du moment où se situent les individus dans le cours de leur existence (Lalivé d'Epinay *et al.*, 2005).



Nous pourrions vérifier s'il y a présence de l'influence de ce principe dans la réflexion des retraités-es quant à leur consommation d'alcool.

De plus, il existe des changements dans la consommation d'alcool à travers les changements avec l'âge, « ceci a fait naître l'explication du processus du vieillissement ». Cette idée suppose que les individus, pour s'adapter aux modifications psychologiques, économiques, biologiques et sociales reliées au vieillissement (Moriconi, 2012), dont celles induites par la retraite, modifieront leur consommation d'alcool. Par contre, rappelons que les individus de 55 ans et plus qui boivent de l'alcool se perçoivent en meilleure santé que ceux qui ne boivent pas. C'est probablement l'état de santé des individus qui dicte leurs comportements de consommation d'alcool plutôt que leurs comportements de consommation d'alcool qui dictent la perception qu'ils ont de leur état de santé (Moriconi, 2012). D'ailleurs, chez les personnes plus âgées et/ou retraitées, celles qui ont un meilleur revenu ont plus souvent recours à des épisodes de fortes consommations d'alcool que celles qui ont un faible revenu (Folkman et Lazarus, 1989). Nous voyons ici le principe de « l'autonomie », lequel veut que les individus modifieront leur propre parcours de vie en faisant des choix. Ces choix ou modifications dépendent des opportunités et des contraintes imposées par l'histoire et des ressources (physiques, psychologiques, économiques, sociales, etc.) dont ils disposent (Lalivé d'Epinay *et al.*, 2005). Il sera pertinent de vérifier si la consommation d'alcool s'est modifiée, ou pas, en fonction de ce principe.

Nous avons aussi vu que plus le statut socioprofessionnel des individus est élevé, plus l'augmentation de gros buveurs à la retraite est importante (Zins, 2003, 2011). L'hypothèse émise est que la consommation d'alcool lors de l'activité professionnelle dans les catégories sociales élevées est plutôt associée à un environnement social festif, alors que pour les ouvriers, elle serait plutôt liée à l'accumulation de conditions de travail difficiles. À la retraite, l'arrêt de travail s'accompagnerait, pour les catégories

sociales élevées, d'une augmentation des opportunités de consommer de l'alcool, puisqu'elle est associée à un environnement social festif, tandis que pour les ouvriers, elle s'accompagnerait d'une diminution du besoin de consommer, puisqu'elle était associée à des conditions de travail difficiles dans le passé (Zins, 2003, 2011). Rappelons que dans la perspective des parcours de vie, « les périodes de la vie sont difficilement comprises de manière isolée, sans prendre en considération la trajectoire passée » (Cavalli, 2008). De plus, soulignons l'influence des « supports personnels » sur l'engagement dans un nouveau mode de vie lors de la retraite (Caradec, 2008). En d'autres mots, l'engagement dans de nouveaux modes de consommation d'alcool avec l'arrivée de la retraite sera influencé par le rapport qu'entretenaient les individus avec cette dernière lors de l'activité professionnelle et par les aspirations de leur retraite. Nous pourrions vérifier si le rapport à l'alcool (i.e. les attentes ou les raisons d'utiliser le produit) s'est modifié par rapport à celui qui était présent lors de l'activité professionnelle et par rapport aux aspirations de la retraite.

Nous avons aussi vu qu'arrêter subitement ou involontairement son travail, d'autant plus s'il est satisfaisant, peut influencer la consommation d'alcool lors de la retraite. Ici, il y aurait lieu de vérifier s'il existe des liens entre le blocage de la « distanciation professionnelle » décrite par Caradec et la consommation d'alcool.

Finalement, nous avons vu que la consommation d'alcool peut être influencée par les relations que les individus entretiennent avec leurs pairs lors de la retraite (McCrady, 2004). Elle peut diminuer si on est coupé d'un réseau social en milieu de travail qui encourageait la consommation d'alcool (Bacharach *et al.*, 2007) et elle peut s'aggraver si on s'implique dans des réseaux sociaux plus permissifs à la consommation (Alexander et Duff, 1988). Ici, rappelons l'influence du principe de vie en réseau (Lalivie d'Epinay *et al.*, 2005) et l'impact « des supports collectifs » sur les activités lors de la retraite (Caradec, 2008). Il sera intéressant de regarder l'influence,

ou pas, des réseaux sociaux sur la consommation d'alcool, tant lors de l'activité professionnelle que lors de la retraite.

Pour terminer avec le concept de consommation d'alcool, nous constatons que nous pouvons faire des liens entre les observations empiriques et les hypothèses issues des recherches sur la consommation d'alcool en situation de retraite et les principes associés à la perspective du parcours de vie et au modèle de Caradec (2008). Ceci nous amène à croire que nous pourrions être inspiré, dans la mesure du possible, par ces principes lors de notre collecte et de notre analyse de données qui seront abordés dans le prochain chapitre.

## CHAPITRE III

### CADRE MÉTHODOLOGIQUE

Dans ce chapitre, nous aborderons la méthodologie de recherche utilisée. Nous présenterons les outils de collecte des données, les critères utilisés pour composer notre échantillon et les modalités de recrutement des participants. Aussi, nous exposerons notre démarche d'analyse. Nous terminerons ce chapitre avec les questions d'éthique et les principales limites de notre démarche.

#### 3.1 Une méthodologie qualitative selon une perspective compréhensive

Comme nous l'avons démontré au chapitre de la problématique, la consommation d'alcool des personnes en situation de retraite a donné lieu à un certain nombre de recherches. Toutefois, le point de vue des retraités a été très peu exploré. Nous avons donc fait le choix de partir du point de leur vue pour approcher notre objet de recherche. Pour ce faire, nous avons utilisé une méthodologie de recherche qualitative. Ce type de méthodologie se concentre sur les perceptions, les expériences, les croyances, les émotions et les explications que les personnes attribuent aux événements (Mayer *et al.*, 1981). De manière plus précise, nous avons pour objectif d'approfondir notre compréhension de la consommation d'alcool des retraités en lien avec leur transition à la retraite. C'est pour cette raison que notre méthodologie de recherche a été orientée par le « schème compréhensif ». Cette perspective consiste à mettre en relation un « signifiant », c'est-à-dire une expérience, un comportement ou un phénomène social, avec un « signifié », c'est-à-dire les implications que ces situations ont pour les personnes qui les expérimentent (Quivy et Campenhoudt, 2006).

### 3.2 La méthode et les instruments de collecte de données

#### 3.2.1 La méthode de collecte de données

Puisque nous avions pour objectif de recueillir le point de vue des retraités sur des aspects personnelles de leur vie, nous avons utilisé les entretiens individuels semi-directifs, en face-à-face. Nous avons fait ce choix car ils allaient permettre, nous l'espérons, une plus grande « liberté de parole » parce que la contrainte sociale y est moins grande que lors des discussions de groupe » (Albarello, 2003).

#### 3.2.2 L'entrevue individuelle

Nous comptons recueillir des éléments de réflexion qui pouvaient être délicats à exposer pour certaines personnes, comme nous l'avons déjà constaté lors du recrutement. Nous souhaitons établir un climat favorable à la libre expression des expériences, des opinions et des émotions de nos candidats. Nous avons donc utilisé un instrument de type « guide d'entretien » qui est utilisé pour les entretiens semi-directifs et constitué de différentes « questions-thèmes préalablement élaborées » (Albarello, 2003).

Notre guide d'entretien a été structuré en tenant compte d'un ensemble d'éléments, tels que notre objet et nos objectifs de recherche, notre cadre conceptuel, l'échantillon visé par notre projet et les thèmes que nous allions aborder. Il comptait deux grandes sections. La première portait sur la transition à la retraite et la seconde, sur la consommation d'alcool avant et depuis la retraite. Les questions étaient ouvertes afin d'éviter d'induire les réponses ou les relations qui pouvaient exister entre elles. Nous avons prévu des sous-questions plus spécifiques pour faire des relances, faire préciser les informations qui manquaient de clarté ou qui laissaient trop de place à l'interprétation.

Après avoir posé une question « brise-glace » sur le travail antérieur, nous explorions la transition à la retraite à partir d'une question ouverte du type « parlez-moi de la manière dont s'est effectué la transition entre votre travail et votre vie à la retraite ? ». À partir des réponses obtenues, au besoin, nous posions des questions de relance pour amener les participants à développer à propos de notre objet de recherche ou pour préciser des informations. Soulignons que, de manière générale, dans le premier segment des entrevues, il était très facile de faire parler les participants de leur transition à la retraite. Même pour des moments plus difficiles, ils étaient enclins à développer et à approfondir sur les implications de leur fin de carrière et de leur la retraite. D'ailleurs, nous avons délibérément fait le choix d'aborder le thème de la retraite avant celui de la consommation d'alcool.

Dans la deuxième section de l'entrevue, nous abordions la consommation d'alcool des participants en lien avec leur transition à la retraite. À l'aide d'une question ouverte, nous débutions cette section en leur demandant : « Pouvez-vous me parler de la façon dont se passait votre consommation d'alcool lorsque vous étiez toujours en emploi ? ». Comme pour le premier thème, certaines sous-questions étaient prévues et posées au besoin pour approfondir l'entretien : à quel moment consommiez-vous (jour-soir-week-end, etc.) ? Par la suite, toujours à l'aide d'une question ouverte, nous leur demandions : « Maintenant, pouvez-vous me parler de votre consommation d'alcool depuis que vous êtes à la retraite ? ». Finalement, pour conclure l'entrevue, nous invitons les participants à faire une conclusion sur la modification, ou non, de leur consommation d'alcool en lien avec leur transition à la retraite, en leur demandant : « considérez-vous que votre consommation d'alcool a changé depuis votre retraite ? Si oui, qu'est-ce qui, selon vous, explique ces changements, si non qu'est-ce qui, toujours selon vous, explique qu'il n'y a pas eu de changement ? ». Notons que pour la plupart des candidats, nous avons recouru beaucoup plus souvent aux sous-questions pour les amener à approfondir sur leur consommation d'alcool que nous avons dû le faire pour qu'ils nous parlent de leur retraite. L'entrevue était complétée par quelques questions

permettant de recueillir des données sociodémographiques (âge, statut marital, nombre d'années de retraite, etc.).

Il importe de souligner que des candidats ont fourni des informations en lien avec notre objet de recherche une fois l'entrevue terminée (*out of tape*) et que nous nous apprêtions à quitter leur domicile. Pour plusieurs, il était question d'informations concernant leur relation de couple ou des précisions concernant les liens entre leur retraite et leur consommation d'alcool. Nous avons pris soin de leur demander si nous pouvions utiliser ses informations pour notre recherche et tous ont accepté.

### 3.3 La constitution de l'échantillon

#### 3.3.1 Les critères de sélection

Puisque nous voulions aborder la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite, les candidats retenus devaient être à la fois retraité et consommateur d'alcool. Ils devaient aussi être capables de s'exprimer aisément en français.

L'âge chronologique des candidats n'a pas été retenu comme critère de sélection ou d'exclusion, nous avons plutôt opté pour le temps écoulé depuis la prise de leur retraite. Pour des raisons de proximité avec l'événement visé par notre recherche, les participants devaient avoir pris leur retraite depuis au moins six mois et au maximum dix ans.

À la lumière des données populationnelles consultées, de plus en plus de personnes à la retraite occupent un emploi rémunéré. Rappelons qu'en 2006, 23 % des hommes et 10 % des femmes âgés de 65 à 74 ans avaient occupé un emploi rémunéré (Lesemann *et al.*, 2010). En cohérence avec ces données, les participants pouvaient occuper une activité rémunérée régulière ne dépassant pas 15 heures par semaine. Toutefois, aucun des candidats retenus n'occupait d'emploi rémunéré au moment de l'entrevue. En ce

qui concerne le travail, dans notre revue de littérature, il a été documenté que le type de travail et le statut socioprofessionnel pouvaient influencer à la fois la transition à la retraite (Crespo, 2005; Lesemann *et al.*, 2010) et la consommation d'alcool des retraités (Zins, 2011). Nous espérons recruter des personnes provenant de milieux de travail et de statuts socioprofessionnels variés.

En ce qui concerne la consommation d'alcool, les personnes retenues devaient avoir été consommatrices au moins lors de l'activité de travail ou l'être devenues lors de la période de retraite, peu importe le profil de consommation d'alcool. Enfin, les candidats devaient considérer que les thèmes à aborder ne leur causeraient pas de préjudice. À ce sujet, nous verrons au chapitre des limites et de la discussion, qu'il n'a pas toujours été facile d'aborder la consommation d'alcool sans créer une certaine forme de « retenue » chez les participants.

### 3.3.2 Le recrutement des participants

Pour effectuer le recrutement, nous nous sommes d'abord présentés en personne dans des endroits où l'on pouvait rencontrer une grande diversité de consommateurs d'alcool, soit dans une épicerie et dans deux succursales de la SAQ. Toutes les personnes sollicitées dans ces commerces ont dit ne pas être intéressées à participer à notre projet. Plusieurs affirmaient qu'elles ne voulaient pas participer à notre projet parce qu'elles ne buvaient pas suffisamment ou qu'elles n'avaient pas de problème de consommation d'alcool. Deux personnes ont été vraisemblablement offensées d'avoir été abordées pour participer à une recherche traitant de la retraite car elles étaient toujours en emploi. Après plus de dix heures de sollicitation infructueuse réparties en trois temps, nous avons misé sur notre seconde stratégie.

Nous avons alors transmis des invitations à participer à notre projet d'étude via Facebook à partir de la fonction « messages à faire circuler ». L'invitation a été constituée à partir de notre « formulaire d'information et de consentement » (voir appendice c). En résumé, l'invitation expliquait le cadre de notre projet, son but, ce qui était attendu des



participants, les sujets qui allaient être abordés, les règles de confidentialité et une invitation aux personnes intéressées par notre projet à nous contacter par téléphone pour une entrevue d'explication et de présélection. Suite à notre annonce sur face book, huit personnes nous ont contactées pour un entretien téléphonique de présélection. Cinq de ces huit personnes ont été sélectionnées pour une entrevue. Une fois les premières entrevues effectuées, il s'est créé «un effet boule de neige », c'est-à-dire que les premiers candidats rencontrés nous ont référé d'autres candidats et ainsi de suite. Soulignons que nous n'avons recruté aucuns participants à partir de notre « banque d'amis face book ». Nous avons effectué au total 12 entretiens téléphoniques de présélection, mais seulement huit personnes ont été sélectionnées pour une entrevue. Malgré que nous ayons bien expliqué dans notre invitation que nous désirions aborder à la fois la retraite et la consommation d'alcool, deux personnes disaient être intéressées à participer à notre projet mais elles voulaient seulement aborder leur retraite mais pas leur consommation d'alcool. Deux autres personnes n'ont pu être retenues car, malgré qu'elles se considéraient retraitées, nous considérions qu'elles ne l'étaient pas. L'une, qui touchait la régie des rentes du Québec, était en arrêt de travail temporaire pour blessure, et l'autre, qui disait avoir augmenté sa consommation, était en arrêt de travail permanent pour accident grave au travail. Huit entrevues ont été effectuées, mais seulement sept ont été retenues pour les fins de notre analyse. Une entrevue a été abandonnée puisque le participant, bien qu'il ait mentionné être à la retraite lors de la présélection, nous a expliqué lors de l'entrevue qu'il n'était pas « tout à fait à la retraite » mais « en arrêt de travail temporaire pour blessure ». Notre recrutement illustre l'ambiguïté du concept de « retraite » et la multitude de trajectoires de sortie et de retour en emploi.

Au final, notre échantillon est composé de sept personnes à la retraite, soit cinq hommes et deux femmes, âgés de 55 à 74 ans. Ceux-ci étaient à la retraite depuis neuf mois jusqu'à neuf ans. Bien que nous souhaitions obtenir une grande diversité sociale,

l'ensemble de nos participants avait un statut socioprofessionnel plutôt moyen ou élevé et avaient tous pratiqué des métiers différents.

### 3.4 L'analyse des données

Notre démarche d'analyse des données recueillies dans les entrevues s'est appuyée sur l'analyse de contenu. Cette approche « offre la possibilité de traiter de manière méthodique des informations et des témoignages qui représentent un certain degré de profondeur et de complexité, comme par exemple les rapports d'entretiens semi-directifs » (Quivy et Campenhoudt, 2006). Pour ce qui est de la structure et des grandes étapes de notre analyse, nous avons été inspiré par la théorisation ancrée, telle que décrite par Paillé et Mucchielli, (2003, dans Lévesque, 2011) et Paillé (1996, dans Méliani, 2013). Cette structure est constituée de six étapes : la codification, la catégorisation, la mise en relation des catégories, l'intégration, la modélisation et la théorisation (Lévesque, 2011). Nous avons utilisé les quatre premières étapes. Les deux dernières, soit la modélisation et la théorisation, s'avérant de trop grande envergure pour un mémoire de maîtrise, mais elles nous ont tout de même aidé et inspiré pour l'organisation de la discussion.

Voici, plus en détail, les étapes à travers lesquelles nous sommes passé pour organiser et analyser notre matériel de recherche. Avec leur accord, les récits des participants ont été enregistrés à l'aide d'un appareil audio, puis retranscrits dans leur intégralité. Une première étape du traitement des données consistait à codifier chaque entrevue, soit « dégager, nommer et thématiser les propos développés à l'intérieur du corpus pour

ensuite les qualifier par des mots et des expressions reflétant les propos d'ensemble » (Paillé, 1994, dans Lévesque, 2011). Quivy et Campenhoudt, (2006) parlent de l'analyse thématique où l'on tente « de mettre en évidence les représentations sociales ou les jugements des locuteurs à partir d'un examen de certains éléments constitutifs du discours ».

En ce qui nous concerne, dans un premier temps, nous avons codifié les éléments des discours qui se rattachaient aux dimensions de notre objet de recherche en restant « collé » sur le discours des participants. Tout au long des codifications, plusieurs thèmes revenaient et nous avons pris de l'aisance. Cette étape était de plus en plus facile à réaliser, s'effectuait toujours plus rapidement et était plus efficace pour accueillir ou passer à la seconde étape.

Dans un deuxième temps, nous avons effectué la « catégorisation », qui consistait à faire ressortir pour chaque entrevue « des unités de sens générées précédemment des catégories » et qui allait nous permettre une compréhension accentuée du phénomène que nous allions tenter de comprendre (Lévesque, 2011). « Une catégorie est un mot ou une expression désignant, à un niveau relativement élevé d'abstraction, un phénomène culturel, social ou psychologique tel que perceptible dans un corpus de données » (Paillé, 1996, dans Méliani, 2013). Pour chaque catégorie, nous décrivions ses propriétés (ce qui la compose), spécifions ses conditions d'existence (ce dont elle a besoin pour exister) et identifions ses diverses formes et dimensions possibles (son intensité et sa durée) (Mucchielli, 2003, dans Lévesque, 2011). Déjà à cette étape, nous pouvions commencer à voir apparaître des idées, des regroupements ou même des titres, communs à quelques-uns ou à plusieurs sujets, qui allaient être utilisés pour organiser et présenter nos résultats.

En troisième lieu, nous avons effectué la « mise en relation des catégories » qui consistait à approfondir un ou des liens qui existaient entre deux ou plusieurs catégories (Paillé, 1996, dans Méliani, 2013). Il s'agissait de documenter les liens, de

dégager et d'expliciter l'expérience vécue en nous basant sur les catégories obtenues qui se rattachaient à notre propos de recherche et en nous appuyant sur les discours des participants (Mucchielli, 2003, dans Lévesque, 2011). Ici, l'influence du « schème compréhensif » utilisé dans notre méthodologie prenait tout son sens. Rappelons que cette perspective consiste à mettre en relation un « signifiant », c'est-à-dire une expérience, un comportement ou un phénomène social, avec un « signifié », c'est-à-dire le sens ou les implications que ces situations ont pour les personnes qui les expérimentent (Quivy et Campenhoudt, 2006). Nous commençons déjà à percevoir la présence, ou l'absence, de liens entre les implications de la retraite des participants et leur consommation d'alcool et les explications de ces relations ou de cette absence de relation.

Dans un quatrième temps est venu l'étape de « l'intégration » qui nous a permis, via une analyse comparative, de circonscrire les catégories centrales dans le processus que nous étudions, de cerner les points les plus importants de sa compréhension qui se rattachaient à notre analyse dans le but de dépasser la simple énumération des phénomènes pour tendre vers la construction d'une proposition de compréhension (Paillé et Mucchielli, 2003).

### 3.5 Les limites de l'étude

Tout d'abord, nous avons constaté certaines limites, du moins certains défis, reliés à un des thèmes abordés qui était présent « comme toile de fond » tout au long du processus. Que ce soit lors du recrutement, des entretiens de présélection ou lors des entrevues, une forme d'hésitation, de réticence, et parfois même de pudeur, semblait s'installer chez plusieurs personnes lorsque venait le temps de parler de leur consommation d'alcool. Rappelons qu'aucune personne sollicitée « sur le terrain » (dans les commerces) n'a accepté de nous rencontrer pour nous parler de sa consommation d'alcool. De plus, soulignons que deux candidats intéressés à participer à notre projet

qui, selon les personnes qui nous avait mis en contact, avaient augmenté leur consommation d'alcool, n'ont pu être rencontrés puisqu'ils voulaient seulement parler de leur retraite et n'étaient pas à l'aise d'aborder leur consommation d'alcool. De plus, lors des entrevues, la majorité des candidats était beaucoup plus encline à développer, approfondir et donner des détails sur leur retraite que sur leur consommation d'alcool. Enfin, un seul candidat a divulgué avoir déjà eu une consommation abusive, mais il n'a toutefois pas élaboré sur le sujet. Bref, nous croyons que la « contrainte sociale qui freine la liberté de parole » et la « précision dans l'expression des avis » (Albarello, 2003) exerçaient une bien plus grande pression lorsqu'il était question de consommation d'alcool que lorsqu'il était question de retraite. Bien que la participation ait été volontaire, le matériel prélevé s'avère plus riche et détaillé en ce qui concerne la retraite qu'il ne l'est pour la consommation d'alcool.

Une autre limite de notre étude est liée à la taille et la composition de notre échantillon. Les difficultés de recrutement nous ont forcées à faire des choix, faisant en sorte que l'échantillon n'est pas aussi diversifié que souhaité. Aussi, nous avons dû limiter à un nombre restreint de participants (sept). Bien entendus, sa petite taille limite la portée des résultats, qui ne pourront pas être généralisés.

Nous avons aussi constaté des limites ou des difficultés relevant de la relation intervieweur-interviewé. Nos caractéristiques personnelles, notamment notre expérience professionnelle en tant que clinicien en toxicomanie et notre manque d'expérience en recherche, peuvent avoir influencé non seulement notre relation avec les participants mais aussi certaines de leurs réponses. Par exemple, surtout lors des premières entrevues et lorsque les participants développaient peu sur les thèmes proposés, nous pouvions parfois « refléter », voire interpréter leurs propos. Ce réflexe risquait d'induire des réponses ou des liens qui ne représentaient pas exactement la pensée du participant. De plus, l'utilisation de certains mots comme « impact » de la retraite, laissait sous-entendre une connotation négative et pouvait induire les

participants en erreur quant au sens de nos questions. En étant attentif et de concert avec nos directrices, afin de diminuer ces effets, nous avons ajusté certains aspects de nos techniques d'entrevue.

Finalement, nous avons fait face à certaines limites qui ont restreint nos ambitions dans l'application de certains principes de la perspective du parcours de vie et de l'analyse de la théorisation ancrée.

### 3.6 Les considérations éthiques

Les principales considérations éthiques prises en compte dans le cadre de notre recherche avaient trait aux règles d'obtention du consentement et de confidentialité, afin d'assurer le bien-être et le respect des participants et de garantir leur anonymat. Nous avons reçu l'approbation éthique du sous-comité CERPE de la Faculté des sciences humaines de l'UQAM avant la réalisation des entretiens.

Pour ce qui est du recrutement des sujets, nous avons suivi des étapes précises. Dès le premier contact téléphonique avec les participants, nous les avons informés de la nature du projet, de ses objectifs, des thèmes qui allaient être abordés et de l'implication qui était requise. Nous leur demandions la permission d'enregistrer l'entretien en leur donnant les raisons et les assurant des règles de confidentialité. Nous soulignons que leur participation se faisait sur une base volontaire, qu'ils pouvaient se retirer dès qu'ils le désiraient, sans préjudice, et ce, même après l'entretien, sans donner de justification. S'ils se montraient intéressés à participer à notre projet et qu'ils répondaient aux critères de sélection, nous fixions le moment et le lieu de l'entrevue qui leur convenaient le mieux. À noter que tous les participants ont fait le choix d'être rencontrés à leur domicile.

Au moment de l'entretien, avant de débiter, nous rappelions les objectifs de la recherche, le déroulement de l'entrevue, les thèmes abordés et les mesures qui allaient

être prises pour assurer la confidentialité et l'anonymat, comme l'utilisation de nom d'emprunt et le changement ou l'omission d'informations qui pourraient les identifier. Nous leur rappelions notre désir et notre besoin d'enregistrer l'entretien, les raisons et les règles de confidentialité. Nous leur lisions et faisons signer le formulaire de consentement. Pour ce qui est des témoignages, qui étaient faits une fois l'enregistrement arrêté, nous nous sommes assuré que nous pouvions les utiliser pour notre recherche.

Seuls l'étudiant-chercheur et ses directrices ont eu accès aux données recueillies, lesquelles sont enregistrées sur un disque dur et gardées dans un bureau, sous clé. Les données seront détruites après cinq ans.

Ceci termine la première partie de notre mémoire, qui couvre la façon dont nous avons problématisé notre objet de recherche, les idées théoriques et conceptuelles que nous avons retenues, la méthodologie de recherche que nous avons appliquée et le cadre d'analyse que nous avons utilisé. Le prochain chapitre présente les résultats.

## CHAPITRE IV

### RÉSULTATS

L'analyse des discours des sept personnes retraitées nous a permis de cibler les modifications induites par la retraite ou des caractéristiques personnelles déjà présentes dans leur vie qui ont favorisé, ou au contraire empêché, des modifications dans leur consommation d'alcool. Dans ce chapitre, nous avons regroupé les informations recueillies en trois grandes sections. D'abord, nous dresserons un bref portrait de chacune des personnes rencontrées, en résumant le déroulement et l'appréciation qu'ils ont de leur retraite. Ensuite, nous regrouperons les principaux changements qui se sont opérés dans leur vie en lien avec leur transition à la retraite. Enfin, nous exposerons leur point de vue, à savoir si la retraite et les diverses transformations qu'elle a amenées ont affecté ou modifié leur consommation d'alcool. Afin de préserver l'anonymat des personnes rencontrées, nous leur avons attribué des noms fictifs et nous avons omis quelques informations personnelles.

#### 4.1 Une brève présentation des répondants

Nous avons interrogé sept personnes retraitées âgées entre 55 et 74 ans qui s'exprimaient toutes en français. Parmi elles, cinq étaient en couple, une était célibataire et la dernière était veuve. Quatre avaient des enfants et deux considéraient les enfants de leur conjointe comme les leurs, puisqu'ils les avaient éduqués depuis leur enfance. Quatre personnes avaient des petits-enfants. Une personne avait un diplôme d'études secondaires, six au niveau collégial et trois au niveau universitaire. Toutes avaient pratiqué des professions différentes, deux avaient travaillé pour des entreprises privées et cinq pour des institutions publiques. Toutes ont été satisfaites de leur emploi



la majeure partie de leur carrière. Toutefois, trois ont vécu des insatisfactions dans les derniers temps. Le temps écoulé depuis le début de la retraite des participants varie entre huit mois et neuf ans. Maintenant, présentons-les brièvement.

- Serge, un retraité structuré, organisé et discipliné

Serge, 60 ans, retraité depuis cinq ans, a été propriétaire d'une entreprise familiale dans la vente durant 30 ans et a terminé sa carrière comme conseiller en placements. Il a été contraint de prendre sa retraite fortuitement en raison des exigences de son métier. Il se plaît à sa retraite qui consiste à passer l'hiver en Floride et à faire du sport intensément (golf et vélo). Toutefois, il a hâte que sa conjointe prenne sa retraite pour faire plus d'activités avec elle. Lors de l'entrevue, il était réservé, concis et demandait régulièrement des précisions sur nos questions. Il répondait souvent que la retraite n'avait pas amené de changement significatif dans son mode de vie. Il se présente par-dessus tout comme un homme discipliné et ayant une « retraite disciplinée »!

- Nicole, une femme qui a su se retirer au bon moment et recouvrer sa santé

Nicole, 65 ans, retraitée depuis deux ans, était gestionnaire dans le réseau de la santé. Elle a pris sa retraite plus tôt que prévu en raison d'une opération majeure, alors qu'elle ne pouvait plus faire son travail sans hypothéquer sa santé. Une fois à la retraite, elle s'est rapidement remise des symptômes de son opération. Sa retraite a été marquée par un déménagement à la campagne, où elle est loin de ses amis et n'a pas de relation avec ses voisins. Sa retraite consiste surtout à faire des activités ludiques « sans programmation », à libérer le stress accumulé et surtout à rétablir sa santé. Elle se décrit comme une femme de solutions, qui aime les défis et qui sait s'adapter aux changements de la vie. Par ailleurs, puisqu'elle « vivait à 100 milles à l'heure » en période d'emploi, elle est dorénavant surprise de pouvoir « vivre aussi calmement » et surtout d'apprécier ce nouveau mode de vie. Madame est une femme très sympathique, accueillante, très profonde dans ses réflexions sur sa personne et sur la vie en général.

- Martin, un amoureux qui s'ennuie

Martin, 55 ans, est le plus jeune participant rencontré. Il était épanoui dans son travail jusqu'à la fin de sa carrière. Infirmier, il a pris sa retraite il y a deux ans et demi, de manière précipitée, en raison de conditions de retraite très intéressantes. Bien qu'heureux et fier d'avoir pris cette décision si jeune et « d'avoir sa pleine pension », son seul regret est de s'être retraité alors que sa conjointe est toujours en emploi. Il nous est apparu comme une personne aimant rigoler, s'impliquer auprès des autres et profiter de la vie sans se « poser trop de questions ». Cependant, présentement, il se dit oisif, en attente de « sa blonde », qu'il aime par-dessus tout, et être peu profitable à son couple. D'ailleurs, il projette de retourner travailler jusqu'à la retraite de « sa blonde ».

- Marcel, un homme qui a connu des moments difficile, mais qui a appris à conduire son bateau

Marcel, 60 ans, retraité depuis huit ans, travaillait comme technicien spécialisé au niveau municipal et s'est senti contraint de prendre sa retraite plus jeune qu'il ne l'aurait souhaité, en raison d'un mauvais climat de travail. D'ailleurs, c'est le participant qui a pris sa retraite le plus tôt (52 ans). Ce passage quasi obligé à la retraite a grandement affecté sa relation conjugale. Les premières années de sa retraite furent comblées par divers loisirs, comme la moto, la musique et la rénovation. Plusieurs années après sa retraite, des expériences rapprochées de deuils et des épisodes dépressifs s'ensuivirent. Marcel nous est apparu comme un homme qui a beaucoup réfléchi sur sa personne, articulé, précis dans ses propos et transparent sur ses émotions. Marcel porte au fond de lui, depuis plusieurs années, des états dépressifs, par contre il a appris « à conduire son bateau ».

- Danielle, une femme exténuée mais enthousiaste

Danielle, 59 ans, la seule célibataire que nous avons rencontrée, était commis de bibliothèque. Elle s'est retraitée il y a cinq ans alors qu'elle se remettait d'une relation

conflictuelle avec son ancienne patronne. Contrairement à la plupart des participants, elle a travaillé plus longtemps que ne le prévoyait son régime de retraite. Arrivée à la retraite, elle était complètement exténuée, stressée et en douleur. D'ailleurs, c'est la participante qui semble avoir été la plus « hypothéquée » par son travail. Hormis le repos et deux déménagements en peu de temps, sa retraite consiste à passer beaucoup de temps et à avoir beaucoup de plaisir avec sa mère et sa tante. Elle se sent parfois bousculée par ses tâches quotidiennes et ne voit pas « le temps passer ». Malgré sa fatigue et sa douleur qui commencent à s'atténuer, elle nous apparaît comme une femme dévouée, dynamique, modeste, indépendante, enthousiaste, qui apprécie la vie et sa retraite.

- Stéphane, un nouveau retraité qui relaxe pour le moment

Stéphane, 60 ans, est celui qui est retraité depuis la plus courte période (huit mois). Il était programmeur-analyste pour le gouvernement fédéral et s'est retraité plus tôt prévu, puisqu'il vivait une baisse d'efficacité, de motivation, d'énergie et qu'une intéressante prime de départ lui a été offerte. Pour lui, cette transition à la retraite a spontanément été marquée par la disparition d'un sentiment de devoir tout faire en urgence et d'une chute de stress. Depuis, il occupe ses journées avec des petits passe-temps « niais » sur l'ordinateur et de l'exercice. Il sort très peu de chez lui, il « relaxe » et attend la retraite de sa femme pour planifier la sienne. Stéphane semble curieux, méticuleux et aimer les choses raffinées.

- Jacques, un homme fier et dévoué à sa famille

Jacques était pharmacien propriétaire et a démarré plusieurs pharmacies. Il s'agit du participant le plus âgé (74 ans), qui est à la retraite depuis le plus longtemps (neuf ans) et qui a pris sa retraite le plus tard (65 ans). En fin de carrière, il craignait pour sa santé et était pressé de prendre sa retraite. Dès qu'il est « tombé à la retraite », il a profité de la vie au jour le jour sans se mettre de pression ou de « carcan nulle part ». Il passait

du bon temps avec sa femme, s'impliquait beaucoup auprès de ses trois fils, aimait travailler sur sa maison et recevoir de la visite à souper. Il y a deux ans, avec la mort de sa femme, sa vie et, du même coup, sa retraite ont basculé. Depuis, il trouve cette période beaucoup moins intéressante. Hormis le deuil de sa conjointe, il profite de la vie « sans trop se poser de questions ». Il dira qu'il « déteste l'analyse de soi ». Il nous est clairement apparu comme un homme travailleur, fier, aimant les défis et dévoué à sa famille.

Après avoir connu plusieurs difficultés de recrutement, ce sont des gens disponibles et très accueillants que nous avons rencontrés. Sans aucune hésitation, ils ont tous souhaité nous accueillir chez eux pour l'entrevue et, pour la plupart, comme si nous étions un ami de la famille. La majorité a précisé avoir beaucoup apprécié l'expérience de cette rencontre et être disponible, au besoin, pour le reste de notre projet. Cette désirabilité sociale n'était pas sans risque, d'ailleurs, deux participants ont souligné, après avoir débuté la deuxième partie de l'entrevue, qu'ils croyaient ne pas être « de bon candidat » puisqu'ils ne consommaient pas beaucoup d'alcool. Ils ont tenu à nous rencontrer puisque cela allait être utile à la connaissance et à l'étudiant que nous sommes. Maintenant, regardons les principaux changements que la retraite a opérés dans la vie de ces personnes.

#### 4.2 La transition à la retraite et ses modifications

Dans la prochaine section, nous présenterons les principales modifications que la transition à la retraite occasionnées dans la vie des participants. Guidé par notre cadre d'analyse, nous avons d'abord fait ressortir les éléments essentiels qui organisaient les discours des participants sous forme de thèmes, pour ensuite regrouper et comparer ces thèmes dans des catégories qui nous aideront à rencontrer nos objectifs de recherche.

#### 4.2.1 Un désengagement professionnel plus tôt que prévu

Croyant que cela pouvait influencer leur retraite, nous nous sommes d'abord intéressés aux conditions dans lesquelles les participants se sont désengagés de leur emploi. Nous avons rapidement constaté que presque tous les participants ont pris leur retraite plus tôt qu'anticipé. Cet empressement à quitter leur travail s'expliquait, entre autres facteurs, par des conditions personnelles et professionnelles qui rendaient leur travail plus difficile, voire moins viable : des problèmes et des craintes de santé, une extrême fatigue, une diminution de leur motivation et de leurs capacités à faire leur travail, un mauvais climat de travail, des conditions de retraite attirantes ou une combinaison de ces facteurs. L'exemple de Nicole représente bien ce départ précipité.

Parce que moi à la fin de ma carrière, j'ai été opérée à cœur ouvert. Il y a eu énormément d'effets secondaires à cette opération qui a fait précipiter mon départ à la retraite. Je me suis dit « c'est le signe qu'il me fallait. Alors ça été déterminant pour la transition entre le travail et la décision de partir à la retraite... ». Je dirais même que la retraite n'était pas un plan. (Nicole)

Ces sorties d'emploi précipitées ont été accompagnées d'effets sur leur transition à la retraite, voici les principales. D'abord, deux participants considéraient que le moment du départ à la retraite n'était pas un choix, mais une contrainte imposée par leur travail. De même, deux constatent l'avoir pris trop jeune. Enfin, la plupart des participants n'avait pas de plan précis de ce qu'ils allaient faire à leur retraite, mais des idées générales qui allaient se définir au cours de cette période. Maintenant, regardons les changements qui se sont opérés dans la vie des participants une fois rendus à la retraite.

#### 4.2.2 La réorganisation du mode de vie

Lorsque nous avons demandé aux participants de nous parler des changements occasionnés par la retraite, sans surprise, tous nous ont parlé de la réorganisation de leur mode de vie et des changements dans l'occupation de leur temps en l'absence d'activité professionnelle. Dans les prochaines lignes, nous résumerons comment ils occupaient le

temps libéré par la retraite et les implications sur l'appréciation de leur mode de vie en tant que retraité.

### *Un réaménagement du milieu de vie*

Tous les participants, à un moment ou à un autre de leur retraite, ont effectué ou planifiaient effectuer soit un déménagement, soit l'aménagement de leur milieu de vie. L'implication de cet investissement sur l'organisation de leur retraite était variable, mais perçue comme un projet positif par la majorité des répondants. Par exemple, depuis qu'il est retraité, Jacques investit énormément de temps et d'argent à rénover sa propriété et cela fait partie de ses loisirs préférés et de ses réalisations de retraite dont il est fier. Par contre, pour Danielle, qui était exténuée, sans conjoint et sans enfant pour l'aider, l'obligation de déménager à deux reprises a été une source de fatigue et de grande frustration depuis le début de sa retraite.

### *Les activités et le repos au quotidien; une liberté d'action*

Pour ce qui est de l'occupation du temps au quotidien, plusieurs participants ont repris ou pratiquent plus souvent des activités qu'ils faisaient moins souvent en période d'emploi, comme le golf, le vélo, la moto, la musique, la natation, la rénovation, la cuisine, etc. Très peu de participants s'investissaient dans des activités qu'ils n'avaient jamais faites auparavant et, si c'était le cas, elles leur demandaient très peu de temps (chorale et taïchi). De plus, la plupart ne pratiquait pas qu'un seul type d'activité qui prenait beaucoup de leur temps ou qui leur demandait une grande discipline. Par ailleurs, trois participants, surtout en début de retraite, faisaient moins d'activité ou étaient « moins actifs » que lorsqu'ils étaient en période d'emploi, ils préféraient utiliser une partie du temps libéré pour se reposer et pour « relaxer ». Par contre, pour Serge, c'est tout le contraire, il est si actif et si structuré depuis le début de sa retraite qu'il a l'impression de ne pas avoir changé son mode de vie.

C'est comme s'il n'y avait pas de changement dans le sens que je faisais beaucoup d'activités hors-travail et j'ai continué à faire beaucoup d'activités étant à la retraite. Trois jours semaine, je joue au golf, toujours avec les mêmes gens et à la même heure. Donc, je me lève tôt quand même. Des fois, je me lève plus tôt que quand je travaillais (haha). Pis étant à la retraite, je fais 6 000 km de vélo par année. (Serge)

Peu importe le type d'activités et leur intensité pour occuper leur temps, ce qui était le plus déterminant dans l'appréciation de leur existence en l'absence d'activité professionnelle, c'était l'impression de vivre une certaine « déprogrammation ». Cette « déprogrammation » amenait une liberté dans l'occupation de leur temps et, de manière plus ou moins rapide après la prise de la retraite, une certaine « libération de stress ». Nicole nous parle de cette déprogrammation et de ses effets positifs sur son existence.

Tu es jamais autant programmé que quand tu travailles. C'est beaucoup plus ça. Ça laisse beaucoup plus de place à l'expression des choses que tu as envie de faire dans la vie sans être forcée de le faire, sans être soumise à des règles ou des lignes de conduite qui t'amènent des fois dans des directions qui te contrarient, mais que t'as pas le choix... C'est surtout, dans ta vie, de libérer du temps et conséquemment de libérer beaucoup de « stressseurs », d'enlever ça de ta vie. (Nicole)

Cette déprogrammation et cette liberté d'action étaient perçues de manière positive par la majorité des participants. Par contre, pour Marcel, qui est « très rêveur » et qui a tendance à remettre ses projets « à plus tard », le retrait des « balises » du travail ne lui procure pas un sentiment de liberté, mais plutôt une impression de « désorientation ». En effet, depuis la disparition des « balises » qui encadraient son activité professionnelle, il « ne sait plus où il en est » dans ses projets personnels et n'arrive pas à les réaliser. « Quand les balises sautent et que tu es « procrastinateur » ou un rêveur, ben là, t'es désorienté ». (Marcel).

La réorganisation du mode de vie de plusieurs participants était influencée, voire orientée, par des changements dans les relations qu'ils entretenaient avec les membres

de leur entourage. Dans les prochaines lignes, nous regarderons les liens qui existent entre la retraite et l'entourage des participants.

#### 4.2.3 L'entourage; un support pour la retraite

Nous avons constaté que la retraite avait amené des modifications importantes dans les relations que plusieurs retraités entretenaient avec les membres de leur entourage et, inversement, que les membres de l'entourage influençaient l'organisation et l'appréciation de leur retraite. Nous avons regroupé les informations sur l'entourage autour de trois catégories : les amis, la famille et le couple.

##### *Un recul temporaire face aux amis; un moment pour se retrouver*

Nous avons constaté que plusieurs participants, surtout en début de retraite, ont vécu une forme de recul plus ou moins long face à certains de leurs amis ou de leurs anciens collègues. Voici les effets de ce recul amical sur l'existence des retraités. Pour Marcel, qui a été contraint de prendre sa retraite tôt dans sa vie et qui ne va pas « naturellement vers les gens », en début de retraite, ce recul était difficile à vivre puisqu'il s'est senti isolé. Cet isolement confirmait l'idée qu'il avait pris sa retraite trop jeune.

Lorsque tu quittes à 52 ans, tu te retrouves tout seul à la maison. Ma conjointe travaille encore. Ton rapport avec les gens est coupé. Pis moi je ne suis pas quelqu'un qui va vers les gens naturellement. J'aime travailler pour ça; rencontrer des gens. Si je n'ai pas de travail, ben je reste ici. Donc quitter à 52 ans, c'est trop jeune.

Cependant, pour le reste des participants, qui ont parlé de ce « recul social », ce n'était pas perçu comme une conséquence négative de la retraite, mais plutôt comme une action délibérée, plus ou moins longue, servant à « contrôler leur environnement social ». Nicole l'explique ainsi : « C'est plus que je porte un meilleur contrôle sur l'environnement que je pouvais en avoir quand je travaillais alors que j'étais obligée d'interagir avec du monde » (Nicole). Cette période de recul permettait un moment



pour se retrouver, réfléchir à soi et se reposer. Danielle nous explique les bienfaits de cette période : « Je me dis que je me trouve chanceuse d'être à la retraite. Je me suis plus isolée je te dirais. Oui, mais j'en avais de besoin. J'avais besoin de me retrouver et penser à moi. Parce que ça, c'est quelque chose que je n'ai pas fait dans ma vie »(Danielle).

Malgré ce « recul social » temporaire et, pour la plupart, volontaire, au moment de l'entrevue, tous considéraient que la retraite n'avait pas eu d'impact négatif à long terme sur les relations qu'ils entretiennent avec leurs « vrais amis ». Ils étaient tous satisfaits des relations qu'ils entretenaient avec eux et de la fréquence à laquelle ils les voyaient. De plus, après un certain temps, la retraite a permis à la majorité, de reprendre, d'augmenter ou même d'approfondir certaines de leurs relations amicales.

#### *Unsupport aux membres de la famille*

Les modifications apportées aux relations familiales sont différentes de celles des relations amicales. En effet, le temps libéré par la retraite a permis à quatre participants de passer plus de temps avec les membres de leur famille, notamment, de leur offrir de l'aide et du support. Voici les implications que la retraite a eu sur les relations familiales et, conséquemment, l'influence des relations familiales sur la retraite.

D'abord pour Danielle, célibataire et sans enfant, la retraite lui permet d'accompagner sa mère et sa tante dans tous leurs déplacements et de faire beaucoup d'activités avec elles. La compagnie de ces femmes occupe une bonne partie de son temps et lui procure beaucoup de plaisir. Pour Jacques, la retraite lui a permis d'aider ses fils dans l'aménagement de leur domicile et dans leurs finances, ce qui comble sa retraite et lui procure une grande fierté. Alors que pour Martin, qui a pris sa retraite très jeune (53 ans), ses relations et ses obligations envers ses enfants orientent, voire dictent, ses projets de retraite. En effet, avant de partir pour un long voyage, il devra

payer les études universitaires de sa fille et attendre la fin du secondaire de son « plus jeune ». Enfin, pour Marcel, qui a tendance à remettre ses projets à plus tard, la sollicitation accrue de ses « belles-filles », pour toutes sortes de services, l'empêche parfois de réaliser ses propres projets personnels. Contrairement à ce que nous avons anticipé, la retraite n'a pas été associée à un rapprochement des petits-enfants que pour un seul participant (Jacques) et c'était surtout pour offrir de l'aide à son fils. Pour le reste des participants (3), la retraite n'a provoqué aucun changement dans les rapports ou les relations qu'ils entretiennent avec les membres de leur famille.

Pour terminer avec les relations familiales, les modifications apportées par la retraite ont surtout permis aux participants de renforcer un « rôle d'aidant » envers leur famille, surtout en tant que père. D'ailleurs, aucun des participants n'a parlé qu'il recevait de l'aide ou du soutien des membres de sa famille sous quelque forme que ce soit. Maintenant, regardons les implications de la retraite sur le couple, qui sont d'un tout autre ordre d'idée.

### *Le rôle déterminant du conjoint*

Dès la première entrevue, nous avons constaté que l'arrivée de la retraite pouvait amener des changements, voire des bouleversements, dans la relation de couple. Inversement, nous avons compris que le conjoint, ou la relation de couple, avait une influence déterminante sur la planification, le déroulement et l'appréciation de la retraite. Dans les prochaines lignes, nous allons présenter les liens que les participants ont faits entre leur situation de couple et leur retraite.

D'abord, l'arrivée de la retraite a entraîné des complications significatives dans la vie de couple de deux participants, en raison du fait que leur conjoint est toujours en emploi. En effet, ces derniers réagissaient mal à l'idée de devoir continuer à travailler alors qu'eux restaient à la maison. Les complications et les conséquences sur le déroulement et surtout sur l'appréciation de leur retraite étaient différentes. Du côté de

Marcel, au début de sa retraite, sa conjointe était toujours en colère lorsqu'elle quittait pour le travail, car elle était « en quelque sorte jalouse » de son nouveau mode de vie. Ainsi, les nouvelles attitudes colériques de sa conjointe ont rendu pénible son entrée à la retraite et Marcel l'a priée de s'ajuster.

Au bout d'un an, on s'est parlé franchement.— « Si t'es pour être en christ tout le temps, ça ne peut pas marcher! Prends-en ton parti ....Tu as eu des avantages dans ta vie que moi je n'ai pas eus moi. Ben, c'est ça; à matin je lis mon journal esti pis toi tu vas travailler ». Ça fait qu'elle l'a bien pris, pis ça s'est tassé. Ça a pris environ un an, il a fallu qu'on se parle, pis ça s'est placé. (Marcel)

Du côté de Martin, bien que sa conjointe soit fière et contente pour lui de ses conditions de retraite, elle trouve pénible de continuer à travailler. Ne travaillant plus et conscient des difficultés de sa conjointe, Martin sent qu'il est en attente de sa conjointe pour tous ses projets de retraite et qu'en quelque sorte, il est inutile à son couple. Ainsi, ses malaises face à son couple l'amènent à regretter d'avoir pris sa retraite si tôt et lui font planifier un retour au travail.

Pour le reste des participants, ce sont des caractéristiques ou des états de fait de leur conjoint qui ont influencé le déroulement et surtout l'appréciation de leur retraite. Pour Serge et Stéphane, c'est aussi l'attente de leur conjointe qui paralyse, en totalité ou en partie, leurs projets de retraite. Toutefois, cela ne cause pas de problème dans leur couple ou de remise en question de leur retraite, mais ils ont tout de même hâte à la retraite de leur conjointe pour planifier des projets à plus long terme. Du côté de Nicole, son conjoint est « un homme qui parle très peu », ce qui fait que les discussions profondes sur la vie qu'elle avait avec ses amis et ses collègues lui manquent beaucoup. Le « mutisme » de son conjoint est le seul aspect avec lequel elle a de la difficulté à composer depuis le début de sa retraite. Pour Danielle, c'est son célibat qui influence, voire rend difficile, l'adaptation aux changements que la retraite a provoqués dans sa vie. Enfin, pour Jacques, c'est la mort de sa femme qui a complètement bouleversé tout

le plaisir et l'intérêt que lui procurait sa retraite, car cette période de vie consistait d'abord « à passer du bon temps » avec sa femme.

Pour conclure avec le conjoint, nos données montrent sans équivoque que la relation avec ce dernier est l'aspect le plus déterminant pour le déroulement et l'appréciation de la retraite, soit parce que la conjointe acceptait mal le nouveau mode de vie du retraité, soit parce que le retraité attendait sa conjointe pour planifier sa retraite, soit parce que le conjoint ne répondait pas à certains besoins qui étaient auparavant comblés par les collègues, soit parce que le célibat rend plus difficile certaines adaptations à la retraite ou, enfin, parce que le veuvage a fait perdre tout le plaisir et l'intérêt de la retraite.

Pour terminer la première partie de ce chapitre, malgré certaines difficultés et certains ajustements à plusieurs changements dans plusieurs sphères de la vie, nous constatons que, de manière générale et pour la majeure partie des participants, la transition à la retraite a été un passage plutôt très bien négocié. De plus, les retraités nous ont tous dit que la retraite était une chose positive, voire très positive dans leur vie. Maintenant, dans la dernière partie du chapitre, nous présenterons les informations concernant la consommation d'alcool des retraités en lien avec les implications de la retraite.

### 4.3 La consommation d'alcool

#### 4.3.1 La consommation d'alcool avant et après la transition à la retraite

Afin de vérifier si les participants avaient modifié leur consommation d'alcool avec leur transition à la retraite, il était incontournable d'abord d'abord celle qu'ils avaient en période d'emploi, pour ensuite aborder celle qu'ils ont depuis leur retraite. Voici un portrait sommaire de la consommation d'alcool de chaque répondant, selon qu'ils croient qu'elle est restée la même ou qu'elle s'est modifiée avec leur transition à la retraite.

Tout d'abord, quatre participants ont mentionné qu'il n'y avait eu aucun changement significatif dans leur consommation d'alcool depuis qu'ils sont retraités.

Serge, en période d'emploi, consommait un à deux verres de vin quotidiennement la semaine et deux à trois verres les fins de semaine. Il ne modifiait jamais ses habitudes de consommation, sous aucune condition ou prétexte. Avec l'arrivée de la retraite, tout comme pour ses activités, sa consommation d'alcool n'a pas changé.

Ça fait longtemps que je fais ça. À chaque jour, je prends un verre, deux verres de vin, c'est ce que je fais. Si on va au resto, on prend une bouteille pour deux personnes (avec sa femme). C'est toujours ça que je fais. (Avec la retraite) J'en fais pas plus, j'en fais pas moins.

Nicole, en période d'emploi, avait une « consommation d'alcool régulière et en petite quantité », une seule consommation à tous les jours. Elle avait l'habitude de prendre un apéro après le travail « pour couper la journée » et se « reposer ». Depuis sa retraite, en raison notamment de contraintes médicales, elle n'a aucunement modifié sa consommation d'alcool, une seule consommation à tous les jours, toujours pour le plaisir et la détente.

Marcel, alors qu'il était en emploi, consommait à l'occasion et très peu, un ou deux verres, presque toujours en compagnie d'amis. Il avait l'habitude d'aller prendre quelques bières à la brasserie avec ses collègues « les jeudis de paie ». En période estivale, il augmentait la fréquence de consommation. Avec l'arrivée de la retraite, sa consommation d'alcool globale reste la même, c'est-à-dire qu'elle est toujours modérée et demeure essentiellement un moyen pour entretenir des relations sociales. L'été dernier, en raison d'une recrudescence d'états dépressifs et d'une prise de poids, il a diminué sa consommation d'alcool.

Martin, lorsqu'il était en emploi, buvait deux à trois jours par semaine et rarement de petite quantité, six à dix bières par occasion. « Je ne suis pas un buveur quotidien. Ça va être par « stripe ». C'est sûr que si j'ouvre une bière, pis que j'ai une douze dans le

frigidaire, j'ai bien de la misère à arrêter à deux ou trois bières ». Avec l'approche de l'été, sa consommation augmente à trois-quatre jours par semaine. Depuis l'arrivée de la retraite, il considère ne pas avoir modifié sa consommation générale d'alcool. Toutefois, se connaissant, il doit se mettre des « limites », car sa consommation pourrait « déraper » s'il se laisse aller.

Les trois autres participants considèrent que leur consommation s'est modifiée avec la retraite et de manière différentes.

Danielle, bien que sa consommation ait connu plusieurs variations au cours de sa vie, en période d'emploi, consommait très rarement les jours de semaine et pouvait parfois s'enivrer avec ses amis les week-ends. L'été, elle augmentait sa consommation. À la fin de sa carrière et au début de sa retraite, en raison d'une grande fatigue, elle était « devenue presque abstinente ». Avec la retraite, depuis qu'elle a récupéré de sa fatigue, elle a recommencé à consommer. Cependant, elle ne s'est pas enivrée depuis plus d'un an et demi, elle consomme maintenant plus souvent la semaine et rarement le week-end. Avec du recul, elle considère que sa consommation a subi plusieurs modifications depuis sa retraite. Toutefois, elle ne croit pas avoir ni augmenté ni diminué de manière significative la quantité totale d'alcool qu'elle consomme.

De manière générale, Stéphane, lorsqu'il était en emploi, buvait beaucoup, rapidement et presque à tous les jours. « Mais je suis un gars qui boit beaucoup. Si tu me mets une grosse bière, je vais la boire et je bois vite ». L'été, il augmentait sa consommation et pouvait commencer à consommer plus tôt dans la journée. Depuis l'arrivée de la retraite, bien qu'il consomme plus de spiritueux, il considère avoir diminué la quantité globale d'alcool qu'il consomme, puisqu'il ne boit plus à l'heure du « lunch ».

Enfin, Jacques consommait de trois à quatre soirs par semaine lorsqu'il travaillait. Il avait l'habitude de boire une bouteille de vin avec sa femme, toujours en soupant. Les week-ends, lors des soupers en groupe, sa consommation augmentait jusqu'à cinq

verres, mais il ne se saoulait jamais puisqu'il n'apprécie pas « perdre la boule ». Lorsqu'il est « tombé à la retraite », sa fréquence de consommation a augmenté et est « pratiquement devenue quotidienne », mais elle a néanmoins diminué depuis le décès de sa femme, il y a deux ans.

#### 4.3.2 Les modifications de la retraite et leurs effets sur la consommation d'alcool

Toujours en cohérence avec notre cadre d'analyse, nous mettons en relation les catégories de retraite précédemment présentées avec les éléments sur la consommation d'alcool que les participants nous ont partagés. Cette mise en relation nous permettra de regarder comment et pourquoi les diverses transformations amenées par la retraite ont influencé, ou pas, leur consommation d'alcool.

##### *La réorganisation du mode de vie et la liberté de consommer*

La réorganisation du mode de vie induite par la retraite a provoqué des modifications dans la consommation d'alcool de trois participants en fonction de l'influence qu'exerçait auparavant leur travail sur leur consommation. D'abord, du côté de Jacques et Danielle, lorsqu'ils étaient en emploi, l'activité professionnelle encadrait, voire freinait, leur consommation d'alcool, c'est-à-dire que leur consommation variait généralement en fonction du fait qu'il travaillait ou non le lendemain et des tâches qu'ils avaient à accomplir. « Parce que quand je travaillais la semaine, je ne pouvais pas me permettre de boire, parce que j'aurais été poquée au boulot le lendemain » (Danielle). Avec l'arrivée de la retraite, la disparition du cadre du travail et l'apparition d'un nouveau rythme de vie ont mené à une augmentation de la fréquence à laquelle ils consomment de l'alcool. Pour Jacques, elle s'est produite dès qu'il est tombé à la retraite, alors que pour Danielle, elle est apparue seulement une fois qu'elle « a récupéré de sa fatigue ». Ils nous expliquent comment et pourquoi la réorganisation de leur existence, en l'absence d'obligation professionnelle, a mené à une augmentation du nombre de jours/semaine qu'ils consomment de l'alcool.

C'était une manière tout simplement de jouir de la vie qu'on n'avait pas fait avant. Pis là, on pouvait se le permettre. Au lieu d'arriver à la dernière minute pour souper et manger pressé ben vite; là on avait le temps, on relaxait. Alors on se servait un petit verre de vin en préparant le souper et on en prenait en soupant. Ce n'est pas le même rythme de vie; c'est un rythme de vie complètement différent... Quand je travaillais, je conduisais et tout ça; tu sais. Je buvais peut-être 3-4 soirs par semaine, mais pas tous les soirs ... (Jacques)

Parce que là, j'ai tout mon temps. Et parce que j'ai le choix. Quand tu travailles, tu n'as pas le choix; il faut que tu sois fonctionnelle. En tout cas, tu as le choix mais il faut que tu sois fonctionnelle le lendemain quand tu arrives à la job. Bien là (étant retraitée), je n'ai rien demain. Si je n'ai rien demain et ce soir je feel moins bien. Je ne sais pastu as un down. Tu te dis c'est plate; bien tu vas prendre un verre de vin. C'est pour ça, c'est une question de liberté.

Du côté de Stéphane, la réorganisation de son existence a exercé, en quelque sorte, une influence inversée sur sa consommation d'alcool comparativement aux situations décrites par Jacques et Danielle. En effet, en période d'emploi, son travail lui permettait de boire tous les soirs, même lors de ses pauses du midi. Lorsqu'il est tombé à la retraite, son nouveau mode de vie consistait notamment à faire de l'exercice, ce qui a entraîné une diminution de sa consommation d'alcool. « C'est sûr que je n'irai pas faire 1 heure de vélo et prendre 2 bières pour fêter ça. Ça devient contradictoire! » (Stéphane). De plus, en l'absence d'activité professionnelle, il se sent « moins paquet de nerfs » et plus « obligé de tout faire en urgence ». Cette baisse de pression fait qu'il boit moins de vin au souper. « Maintenant, je bois juste ce que j'ai le goût de boire. Je ne me sens pas obligé de boire pour finir ce qu'il y a à finir ».

Pour le reste des participants, le cadre de travail n'influait pas leur consommation d'alcool et sa disparition n'a pas apporté de changement non plus. Pour Marcel et Nicole, c'est parce qu'ils ne tolèrent pas bien l'alcool qu'ils ne modifieront pas leur consommation en fonction de leur mode de vie. Pour Martin, au contraire, c'est parce qu'il a une forte tolérance et que sa consommation ne l'a jamais empêché de fonctionner : « Je suis un gars que même si on était dans la semaine et que je prenais un coup, le lendemain, je me levais et j'allais travailler. Ça ne m'a jamais empêché de



fonctionner ». Toutefois, sans obligation professionnelle, Martin doit s'imposer des limites pour ne pas augmenter sa consommation : « Si je ne me mets pas de limite dans ma consommation, j'ai peur que ça dérape » (Martin).

Avant de terminer avec le mode de vie et la consommation d'alcool, il est important de souligner que la majorité des participants ont parlé de leur consommation d'alcool en lien avec les saisons. En effet, plusieurs (Martin, Marcel, Stéphane et Danielle) ont dit que l'arrivée de l'été provoquait des modifications dans leur mode de vie, lesquelles amenaient une augmentation de leur consommation de manière beaucoup plus significative que la retraite n'avait pu le faire.

Je vais te dire que l'association de consommation de bière, c'est plus l'été avec le beau temps, sur le bord de la piscine avec le BBQ. Ça, c'est l'association que je fais. Il fait beau, on est bien, je suis heureux, ma piscine, mon BBQ, ma blonde... Moi quand je suis heureux, elle (la bière) rentre bien et la vie est belle.(Martin)

Pour conclure avec le mode de vie, pour deux participants pour qui le travail encadrait leur consommation, sa disparition et l'apparition d'un nouveau rythme de vie, ont mené à l'augmentation de leur consommation d'alcool. Alors que pour un participant, pour qui le travail permettait une forte consommation, son nouveau mode de vie de retraité a favorisé une diminution de sa consommation. Pour les autres, le cadre de travail n'encadrait pas leur consommation et sa disparition n'a pas eu d'effet sur leur consommation, en raison de leur intolérance ou leur forte tolérance à la consommation d'alcool.

### *L'entourage et la consommation d'alcool*

Tous les participants ont abordé de manière plus ou moins détaillée la relation qui existe entre leur entourage et leur consommation d'alcool. Pour certains, l'entourage est, et a toujours été très influant, voire déterminant, sur leur consommation d'alcool. Pour d'autres, il influence surtout le plaisir qui y est associé ou légèrement la quantité qui

sera consommée. Dans les prochaines lignes, nous regarderons la relation qui existe entre l'entourage des participants et leur consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite. Nous avons regroupé les résultats autour deux catégories. D'un côté, nous présenterons l'influence des relations sociales, lesquelles impliquent les relations amicales et familiales et, de l'autre, l'influence du conjoint.

### *Les relations sociales*

Pour trois participants (Danielle, Stéphane et Jacques), les relations sociales qu'ils entretenaient avec leurs pairs avaient une influence significative sur leur consommation d'alcool, et bien avant le début de leur retraite. Par exemple Denise, en période d'emploi, s'enivrait presque exclusivement lorsqu'elle était accompagnée d'amis consommateurs. Du côté de Stéphane, lorsqu'il prenait de la bière sur l'heure du « lunch », la fréquence et la quantité qu'il consommait dépendaient des collègues qu'il côtoyait. De même pour Jacques, sa consommation a toujours été « très sociale », c'est-à-dire que lorsqu'il reçoit des groupes à souper, il augmentera la quantité d'alcool qu'il consomme :

Ça faisait partie des us et coutumes qu'on avait de recevoir avec du vin. Je vais en boire plus, en ce sens que si on commence (le souper) à 16h30 et qu'on finit à 21h00, ben là, ça fait cinq heures. Si tu mets un verre à l'heure, ben là je vais en prendre cinq. (Jacques)

Pour Danielle et Stéphane, l'arrivée de la retraite a entraîné des modifications dans leurs relations sociales qui ont mené à une diminution de certains aspects de leur consommation d'alcool. En effet, vers la fin de sa carrière et au début de sa retraite, Danielle a cessé de fréquenter ses amis consommateurs : « J'étais tellement brûlée, j'avais besoin d'être toute seule ». Bien qu'elle ait recommencé « à boire » à la retraite, ce recul face à ses amis a contribué au fait qu'elle ne s'est pas enivrée depuis plus d'un an et demi, ce qui lui arrivait beaucoup plus souvent lorsqu'elle travaillait. De plus, le fait qu'elle fréquente plus souvent sa mère et sa tante a aussi contribué à cette baisse de consommation parce que ces femmes ne consomment jamais. Du côté de

Stéphane, l'arrivée de la retraite a fait en sorte qu'il ne fréquente plus ses anciens collègues de travail, ce qui contribue au fait qu'il a cessé de boire sur l'heure du dîner.

Pour ce qui est de Jacques, depuis qu'il est retraité, les soupers en « groupe » favorisent toujours une augmentation de sa consommation d'alcool. Cependant, la retraite n'a pas apporté de modification dans la fréquence de ce type de souper : « C'est la même chose qu'avant, c'est-à-dire que moi la maison était tout le temps pleine puis elle continue à être pleine ». Il considère donc que ses fréquentations sociales ne sont pas liées à l'augmentation de sa consommation depuis sa retraite, mais plutôt à des modifications dans sa relation conjugale que nous aborderons plus loin.

Pour le reste des participants (Martin, Serge, Marcel et Nicole), tout comme pour leur mode de vie, l'environnement social n'avait pas d'influence significative sur leur consommation d'alcool avant leur retraite et n'en ont toujours pas depuis qu'ils sont retraités. D'ailleurs, Serge et Nicole fréquentent plus souvent des « consommateurs », mais cela n'a pas provoqué de changement dans leur propre consommation. Nicole nous dit : « Le monde vient, des gangs de 10-12, 12-15, 15-19, mets-en. Fait qu'il y en a beaucoup plus qui circule de la boisson. Tu sais, moi je vais faire de la sangria, je vais faire ci, je vais faire ça. Mais ce n'est pas pour moi, c'est pour les autres là ».

Pour conclure avec l'influence des relations sociales sur la consommation d'alcool depuis la retraite, pour trois participants, cette consommation est significativement influencée par leur environnement social, mais depuis bien avant leur retraite. Pour les deux premiers, des modifications dans leurs fréquentations sociales ont apporté, sous des aspects différents, une baisse de consommation. Pour le troisième, l'environnement social joue toujours un rôle significatif sur sa consommation d'alcool, mais n'a pas subi de transformations qui ont mené à des modifications de sa consommation. Pour deux participants, il y a eu une augmentation des relations sociales avec des consommateurs d'alcool, mais cela n'a pas provoqué de modifications dans leur propre consommation, puisque la présence de consommateurs n'a jamais influencé

significativement leur consommation. Maintenant, regardons le rôle ou l'influence que le conjoint a sur la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite.

*Le conjoint, un partenaire déterminant dans la consommation d'alcool*

Comme nous l'avons démontré dans la première partie de ce chapitre, le conjoint a un rôle déterminant dans le déroulement et l'appréciation de la retraite. Nous avons également constaté qu'il a aussi un rôle déterminant dans la consommation d'alcool depuis la retraite.

Pour Jacques, Martin, Stéphane, Serge et Danielle, l'influence du conjoint sur leur consommation d'alcool était évidente et, pour la plupart, installée depuis longtemps. Par exemple, Jacques explique que la compagnie de sa conjointe a toujours déterminé sa consommation d'alcool, dès qu'il a commencé à travailler jusqu'au décès de cette dernière. Par ailleurs, avant de prendre sa retraite, il consommait de trois à quatre jours par semaine, où il partageait toujours une bouteille de vin avec sa femme en souper. Lorsqu'il a cessé de travailler, sa retraite consistait d'abord et avant tout à passer du bon temps avec sa femme sans se mettre de « carcan nulle part ». Cette nouvelle « façon de profiter de la vie » en couple s'est accompagnée d'une augmentation de sa consommation d'alcool.

La consommation a augmenté à la retraite, oui. Tout simplement comme je te disais parce que participant à la préparation des repas avec ma femme, on en prenait pratiquement à tous les jours. Alors le fait d'être ensemble, le fait de participer et de faire ensemble les repas a fait en sorte que la consommation d'alcool a augmenté. Parce qu'avant, ma femme faisait le souper, j'arrivais de travailler et le souper était fait. Tandis que là, on préparait le souper ensemble. Alors là, ce n'était plus la même dynamique qu'avant du tout, du tout. C'est pour ça que ça a changé. (Jacques)

Lorsque sa femme est décédée, il a diminué sa consommation d'alcool puisqu'en son absence, les soupers n'étaient plus associés au plaisir, ce qui a favorisé une diminution de sa consommation.

Pour ce qui est de Martin, l'amour qu'il porte à sa conjointe encadre et freine en quelque sorte sa consommation d'alcool. Ce qui est beaucoup plus apparent depuis qu'il est retraité. En effet, en l'absence d'obligation professionnelle, il a parfois le goût de commencer à boire dans la journée mais il ne le fait pas pour ne pas déplaire à sa « blonde ». Il conçoit mal l'idée de boire de l'alcool le jour pendant que sa « blonde est au travail », d'autant plus qu'elle accepte déjà mal l'idée de travailler alors que lui est retraité.

Jamais je ne vais prendre une bière avant que ma blonde soit là. Quand elle arrive dans la maison, je lui offre un verre de vin et je m'ouvre une bière. Non. Non. Non. Non. Je suis sûr qu'elle n'aimerait pas ça que je consomme pendant la journée, et qu'elle arrive à 4-5 heures et que je suis à quatre pattes. C'est sûr que j'aime beaucoup cette femme-là. Je veux lui faire attention, ça m'aide à me mettre des freins. (Martin)

Pour ce qui est de Danielle, devenue célibataire peu de temps avant de prendre sa retraite, sa consommation d'alcool a toujours été très influencée par ses « chums ».

C'est drôle hein ? (comme si madame n'avait jamais fait le lien). Mais c'est vrai que ça dépend avec qui je suis. Si j'étais avec quelqu'un qui ne consomme pas beaucoup, j'ai comme l'impression que je consommais moins. Pis si je suis avec quelqu'un qui consomme beaucoup, ben là, il se peut que je consomme beaucoup.

Présentement, c'est plutôt sa consommation d'alcool qui dicterait le choix de son conjoint. En effet, elle « serait ben contente de se faire un chum », mais elle n'aimerait pas être avec « quelqu'un d'abstinent ». Appréciant les nouvelles habitudes de consommation d'alcool que la retraite lui a permis de développer, elle ne voudrait pas se sentir mal à l'aise de consommer ou d'être obligée d'arrêter parce que son nouveau « chum » ne boit pas.

Pour conclure avec le conjoint, disons qu'il joue un rôle déterminant dans la relation entre la consommation d'alcool et la retraite. Tous les participants, sauf Marcel, ont souligné qu'ils sont presque tout le temps accompagnés de leur conjoint lorsqu'ils

consomment. Jacques considère que sa « reconfiguration conjugale », provoquée par la retraite, a entraîné une augmentation de sa consommation d'alcool et la mort de sa femme, une diminution. Alors que Denise considère que le nouveau portrait de sa consommation d'alcool depuis sa retraite influencera le choix de son futur conjoint. Pour Martin, c'est l'amour qu'il porte à sa conjointe qui freine sa consommation d'alcool. D'ailleurs, nous ne pouvons éviter de rappeler que la majorité des conjoints(es) des participants ne sont pas à la retraite. Ceci dit, mise à part la situation de Jacques, nous n'avons pas beaucoup d'information sur la consommation d'alcool lorsque les deux conjoints se retrouvent à la retraite.

*Le souci et la perception de la santé : des paramètres pour la consommation d'alcool*

Tous les participants ont abordé des liens entre leur santé et leur consommation d'alcool depuis qu'ils sont à la retraite. Pour quatre participants (Stéphane, Danielle, Marcel et Nicole), depuis qu'ils sont à la retraite, le souci de leur santé a mené soit à une diminution, soit à l'empêchement d'une augmentation de leur consommation. Par exemple, Stéphane, depuis sa retraite, a repris l'exercice physique et son état de santé s'est amélioré. C'est notamment parce qu'il se soucie plus de sa santé depuis qu'il est retraité qu'il a diminué sa consommation d'alcool.

J'ai un problème de reflux gastrique. L'autre fois, j'ai été deux nuits que tu te réveilles à cause de ça. J'ai commencé à regarder sur internet pour les causes. Avoir une bedaine, ça aide pas. J'ai vu « consommation d'alcool ». Je ne savais pas que l'alcool avait un impact sur les reflux gastriques. Alors j'essaie d'en boire moins le soir, mais ça, c'est récent; c'est parce que j'ai une préoccupation pour ma santé que je vais boire moins. (Stéphane)

Du côté de Danielle, en vieillissant, elle a l'impression que l'alcool affecte plus sa santé. Elle se saoule avec une moins grande quantité, elle a de plus en plus de pertes de mémoire et de plus en plus de difficulté à récupérer des « lendemains de veille ». Ces préoccupations contribuent au fait qu'elle s'enivre beaucoup moins souvent que lorsqu'elle travaillait. Marcel, de son côté, n'a presque pas consommé l'été dernier, en

raison de préoccupations pour sa « santé mentale et physique », alors qu'habituellement sa consommation augmente à cette période. Du côté de Nicole, si ce n'était de ses conditions médicales qui restreignent sa consommation d'alcool et de l'importance qu'elle accorde à sa santé, sans se saouler, elle croit qu'elle aurait probablement augmenté sa consommation avec l'arrivée de la retraite.

Quand est-ce que tu as le goût de boire ? C'est quand tu es détendu ? Bien ici, on est toujours sur le mode détente. Fait que peut-être que effectivement, si je n'avais pas eu le paramètre du Coumadin, je me serais mis à en prendre deux verres par jour. Probablement même. Logiquement même. (Nicole)

Pour trois autres participants, la perception de leur santé et le souci qu'ils lui accordent ont été utilisés, non pas pour freiner ou diminuer leur consommation d'alcool, mais plutôt pour justifier le fait qu'ils n'avaient pas à la diminuer. En effet, puisqu'ils se perçoivent en bonne santé et qu'ils n'ont pas de souci à ce chapitre, ils considèrent que leur consommation d'alcool n'est pas nuisible et, par voie de conséquence, qu'ils n'ont pas de raison de la diminuer.

Pour conclure avec la santé, plusieurs participants ont souligné que la perception qu'ils en ont, surtout l'importance qu'ils lui accordent depuis qu'ils sont à la retraite, les amènent à contrôler et, pour certains, à diminuer leur consommation d'alcool. Pour d'autres, la perception d'avoir une bonne santé et de ne pas en avoir de souci justifie le fait qu'ils n'ont pas à modifier leur consommation d'alcool. Pour terminer le chapitre des résultats, nous allons résumer le rapport général que les participants entretiennent avec leur consommation d'alcool depuis qu'ils sont à la retraite.

#### 4.3.3 La consommation d'alcool à la retraite : une consommation toujours non problématique

Malgré des modifications dans certains aspects de la consommation de trois participants, tous ont tenu à préciser que le rapport général qu'ils entretiennent avec l'alcool est resté non problématique et satisfaisant. Pour Martin, la dimension non

problématique est très importante puisque c'est sur cette dernière qu'il s'appuie pour établir que sa consommation n'a pas changé, et non sur la quantité ou la fréquence à laquelle il consomme, comme la plupart des répondants. Plusieurs arguments ou manœuvres ont été utilisés par les répondants pour établir l'aspect non problématique de leur consommation. Voici les principaux. Tous ont précisé que leur consommation ne les empêchait pas de fonctionner dans aucune sphère de leur vie et qu'elle ne nuisait pas à leur santé. Martin, Danielle et Jacques précisent que bien qu'ils boivent beaucoup ou plus souvent depuis leur retraite, ils n'utiliseront jamais leur automobile lorsqu'ils consomment. Aussi presque tous les participants, à fréquences variables, ont comparé leur consommation à celle d'autres membres de leur entourage en soulignant que la leur était « moins pire » ou « moins dommageable ». Par exemple, Daniel nous dit : « Je ne suis pas comme ceux que je connais. Ils en prennent à TOUS les jours. S'ils n'en ont pas, ils vont capoter. Mais moi, je ne suis pas comme ça. Moi, si je n'en ai pas, je ne capoterai pas ». Dans le même sens, Jacques nous mentionne : « Mais tu sais moi, je prends des petites gorgées. Je prends de la nourriture, une gorgée, de la nourriture... Tandis que mon fils lui, il a un problème. Il va prendre un verre de vin et zip (il va le caller). Puis, on le remplit. Tu sais, ce n'est pas le même résultat ».

De manière plus ou moins élaborée, plusieurs ont relaté que la consommation qu'ils ont présentement est plus faible que celle qu'ils avaient dans d'autres périodes de leur vie. Par exemple, Danielle, Jacques, Marcel et Stéphane disaient qu'ils se saoulaient ou buvaient beaucoup plus souvent de grandes quantités lorsqu'ils étaient plus jeunes. Danielle explique que la retraite, contrairement à une peine d'amour qu'elle a eue dans le passé, ne favorise pas l'abus d'alcool en soi, puisque cette transition de vie représente pour elle majoritairement une période de « liberté ». En conclusion, tous les participants ont dit, selon différentes formules, qu'ils consomment toujours de l'alcool essentiellement pour avoir du plaisir et, par voie de conséquence, que le rapport qu'ils entretiennent avec l'alcool est toujours non problématique et toujours satisfaisant.



## CHAPITRE V

### DISCUSSION ET ANALYSE

Dans ce chapitre de discussion, nous reviendrons ici sur les points saillants des résultats de notre recherche en les interprétant à la lumière des écrits empiriques et théoriques recensés antérieurement. Entre autre, nous regarderons comment nos résultats appuient ou nuancent les recherches portant sur notre objet de recherche. Pour ce faire, nous revisiterons d'abord les deux concepts de base en faisant ressortir ce que notre recherche nous a permis d'apprendre sur ces derniers. Par la suite, nous soulignerons ce que le paradigme de la perspective du parcours de vie nous a permis de découvrir sur la relation qui peut unir la transition à la retraite et la consommation d'alcool. Enfin, nous discuterons des implications ou retombées de notre démarche pour la recherche et l'intervention sociale.

#### 5.1 Un retour sur les concepts

##### 5.1.1 La transition à la retraite : un saut rapide et un processus conjugal

Nous nous sommes intéressés à la retraite en tant que transition, en l'occurrence aux modifications qu'elle avait apportées dans la vie des participants. Voici ce que notre recherche nous a permis de découvrir sur la retraite.

Un des points qui ressort de notre analyse concernant la transition à la retraite, c'est qu'avant de quitter leur emploi, plusieurs participants ne trouvaient plus viables les conditions dans lesquelles ils travaillaient et que la grande majorité a pris sa retraite plus tôt qu'elle ne l'avait prévu. Cet essoufflement et cette précipitation à la retraite,

nous étonnent puisqu'on parle de plus en plus du maintien des travailleurs vieillissant en emploi qu'on projette au Canada de repousser l'âge d'accès aux régimes publics de retraite et de pension. En plus de l'essoufflement, mais de manière beaucoup moins déterminante, le devancement de la retraite a été favorisé par les conditions financières de plusieurs participants. Nos résultats appuie l'idée que les conditions de retraite, notamment l'âge de son début, sont « le produit d'inégalités sociales ». (Lesemann *et al.*, 2010). Seuls les mieux nantis et les personnes appartenant à des catégories socioprofessionnelles supérieures ont les ressources financières permettant d'assurer une bonne qualité de vie et d'absorber une longue période de retraite. Toutefois, la précocité de la retraite ne comportait pas que des avantages. Deux participants, en raison de leur jeune âge (52 et 53 ans), ont connu des difficultés à s'adapter à leur transition à la retraite puisqu'ils vivaient une sorte de décalage par rapport à ce que vivaient le reste de leur entourage du même âge. Ceci illustre bien le principe du *timing* qui dit que « vivre des transitions *on time*, c'est-à-dire en accord avec les normes d'âge et les calendriers sociaux culturellement partagés ou institutionnalisés, permet d'en anticiper les conséquences et facilite l'adaptation ainsi que l'acquisition des nouveaux rôles » (Cavalli, 2008).

Les implications les plus significatives de la transition à la retraite pour plusieurs participants, et ce à tout âge mais surtout pour les hommes, étaient liées aux relations qu'ils partageaient avec les membres de leur familles. Certains répondants masculins attendaient leur conjointe pour planifier leur retraite et cela influençait l'appréciation qu'ils en avaient. Aussi, l'occupation principale de leur temps, en l'absence d'activité professionnelle, consistait à donner du support à leurs enfants. Ces résultats vont dans le sens du modèle de Caradec (2008) qui considère que la transition à la retraite est un processus « dialogique », c'est-à-dire que « les autres jouent un rôle essentiel dans ce processus ». Caradec souligne aussi que le conjoint peut être un acteur déterminant dans le passage à la retraite. On peut dire aussi que nos analyses, bien que s'appuyant sur un très petit échantillon, rejoignent les travaux de Pennec (2001) qui démontrent

qu'avec la retraite, «la reconfiguration de la conjugalité» peut varier selon le sexe. Les femmes, dans certaines situations, voudront s'affranchir « de leurs rôles domestiques et familiaux associés à la conjugalité », alors que certains hommes, au contraire, voudront enrichir des intérêts issus de leurs investissements conjugaux précédents (*ibid.*). Cette différence de genre expliquerait en partie pourquoi les femmes ne planifiaient pas la retraite de leur conjoint. On peut penser aussi que les hommes, en renforçant leur rôle de père, voulaient probablement enrichir des intérêts conjugaux qu'ils avaient moins investis en période d'emploi. Soulignons toutefois que l'investissement auprès des enfants n'était pas toujours une source d'épanouissement pour les retraités.

Avec du recul, nous constatons qu'au moment des entrevues, plusieurs répondants étaient dans une sorte de « moment présent » qui consistait à prendre du repos, à relaxer et à récupérer de leur fatigue. Parmi ceux-ci, certains disaient que ça peut prendre quelques années avant de « vraiment se sentir à la retraite ». Nous croyons que seulement deux participants étaient retraités depuis suffisamment longtemps pour parler de ce qu'implique la retraite à « plus long terme » et de manière globale. Notre analyse nous porte à croire que ce que vivaient les répondants au moment des entrevues et l'appréciation qu'ils avaient de leur retraite pourrait évoluer avec le temps et les événements de la vie. Comme le précise Noyer (2001), la retraite est un processus constitué d'étapes et les individus n'y rentrent pas nécessairement immédiatement, ni naturellement et ni facilement.

#### 5.1.2 Une approche pathologique de la consommation d'alcool qui renforce les tabous

Nous avons exploré la consommation d'alcool sur la base des interprétations subjectives des retraités, et ce, dans le but de vérifier si selon eux cette dernière s'était modifiée, de quelque manière que ce soit, avec la transition à la retraite. Bien que nous ayons tenté d'aborder la consommation d'alcool de la manière la plus neutre et ouverte possible, c'est-à-dire sans chercher à la qualifier, la catégoriser ou d'en faire ressortir

des problèmes qui pourraient y être associés, plusieurs participants l'ont appréhendée de la sorte. Ces derniers semblaient croire que nous cherchions fondamentalement à vérifier si leur consommation était devenue problématique ou plus fréquente et abondante avec leur retraite. Ce qui est d'autant plus révélateur, c'est que la dimension « non pathologique » de leur consommation est l'aspect qui a été le plus abordé et démontré par les participants et ce, sans même que nous ayons été dans ce sens ou abordé cet aspect. Par ailleurs, contrairement aux questions portant sur la retraite, pour lesquelles les participants se sont exprimés et livrés avec aisance et générosité, nous devons constamment intervenir pour les amener à parler et à développer sur les aspects de leur consommation.

Il faut dire aussi que le concept de consommation d'alcool que nous avons utilisé est imprécis. Cette imprécision faisait en sorte que les facteurs ou indicateurs sur lesquels les participants s'appuyaient pour appréhender leur consommation n'étaient pas les mêmes. De plus, cela rendait encore plus difficile l'appréciation de leur consommation à savoir si elle s'était modifiée ou pas avec la retraite. Au final, ce qui ressort le plus de notre analyse quant au concept de consommation d'alcool, et ce depuis le recrutement, c'est que les individus que nous avons rencontrés ne semblaient pas enclins, voir intéressés, à approfondir ce sujet, contrairement à celui de la retraite.

## 5.2 La perspective des parcours de vie : une approche prometteuse pour appréhender les liens entre la consommation d'alcool et la transition à la retraite

Bien qu'il nous ait été beaucoup plus difficile de recueillir des informations sur la consommation d'alcool que sur la transition à la retraite, nous avons pu établir des liens entre ces deux phénomènes et proposons d'en dégager quelques pistes interprétatives à la lumière de la perspective du parcours de vie qui a inspiré notre cadre théorique.

- La consommation d'alcool et la retraite : une relation qui s'est construite il y a longtemps

De manière générale, lorsque les répondants étaient plus jeunes, « dans la vingtaine ou la trentaine », ils consommaient moins régulièrement de l'alcool, mais prenaient une plus grande quantité et se saoulaient plus souvent qu'ils ne le font depuis plusieurs années. Ces informations concordent avec les données épidémiologiques sur l'évolution de la consommation d'alcool à travers les âges. C'est-à-dire que plus les personnes avancent en âge, plus leur consommation devient régulière, plus la quantité qu'elles consomment par prise diminue et surtout moins souvent elles s'enivrent (CCSAT, 2012; Graziani, 2010). Certains répondants, surtout ceux qui buvaient plus, ont modifié leur consommation au fil de leur existence en lien avec des changements survenus dans diverses sphères de leur vie (carrière, environnement amical, famille et couple). Ces brèves explications vont dans le même sens de « l'hypothèse du vieillissement » qui propose que les individus, en vieillissant, vont ajuster leur consommation d'alcool, et ce, dans le but de s'adapter aux changements qui s'installent dans leur existence (Brennan *et al.*, 2011; Douglass *et al.*, 1988; Stall, 1987, dans Moriconi, 2012). Concernant les changements dans leur consommation d'alcool survenus précisément avec les modifications induites par la retraite, tous ceux qui en ont connu, considéraient qu'ils sont peu significatifs. Il faut comprendre que, comparativement aux changements de consommation survenus dans le passé, ceux induits par la retraite apparaissent moins importants et surtout, ils n'altèrent pas le rapport général que les répondants entretiennent depuis plusieurs années avec l'alcool. En gros, tous les participants considéraient que la retraite n'était pas un point tournant au regard de leur consommation d'alcool, et ce, contrairement à d'autres événements de leur vie passée.

Ce réflexe que les participants ont eu de s'appuyer sur le passé pour situer l'influence de leur retraite sur leur consommation d'alcool, nous amène au principe du *life-span development* de la perspective du parcours de vie. Ce principe stipule que le développement des individus est un processus qui se poursuit tout au long de leur vie (Baltes, Lindenberger et Staudinger, 1998, cités par Cavalli, 2008) et que les

expériences du passé s'accumulent entre elles (Hutchison, 2007 et Cavalli, 2008). Notre démarche nous amène donc à croire que pour comprendre les modifications ou non modifications dans la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite, il est incontournable de tenir compte de l'évolution antérieure de la consommation d'alcool, et ce, au-delà de la période d'emploi. Dans cet ordre d'idée, nous considérons que le rapport général que les participants de cette étude entretiennent actuellement avec leur consommation d'alcool, s'est développé bien avant la transition à la retraite et qu'il est toujours non problématique et toujours associé au plaisir.

- Les relations partagées autour de la consommation d'alcool

Les quelques participants qui avaient tendance à augmenter leur consommation en présence de d'autres consommateurs lorsqu'ils étaient en emploi, ont diminué leur fréquentation de consommateurs avec la retraite, ce qui a entraîné une diminution de leur propre consommation. Ceci va dans le sens des travaux de Bacharach *et al.* (2007), qui démontrent que pour certains individus, avec l'arrivée de la retraite, une prise de distance avec un réseau de consommateurs peut favoriser une diminution de leur consommation. Cet effet est à l'opposé d'une croyance de plus en plus populaire qui avance qu'avec l'arrivée de la retraite, certains individus augmenteraient leur participation « à des activités sociales où l'alcool est très présent », de sorte qu'ils développeraient une consommation d'alcool problématique (Adams, 1996; Éduc'Alcool, 2006, Santé Canada, 2002). L'hypothèse voulant que certains retraités remplacent leur réseau d'amis basé sur l'emploi par des réseaux axés sur la consommation d'alcool (Adams, 1996) n'a pas été démontrée dans la littérature (Adlaf et Smart, 1995; La Greca *et al.*, 1988, dans Kurbis et Sacco, 2012). Néanmoins, sans avoir remplacé leurs collègues par un réseau de consommateurs, certains retraités (Serge et Nicole) participent plus souvent à des activités où l'alcool est présent, sans toutefois qu'ils augmentent leur consommation. Ces derniers expliquent que

l'exposition à d'autres consommateurs n'a jamais provoqué une augmentation de leur consommation et ce n'est pas parce qu'ils sont traités que cela va se produire.

Les liens qui unissent la retraite, les relations aux autres consommateurs et la consommation personnelle des participants, nous amènent au principe « de vie en réseau ». Ce principe propose que l'influence des pairs « s'exprime au travers d'un réseau de relations partagées » et que les actions des individus influencent et en retour sont influencées par celles de leurs pairs (Lalivè d'Epinay *et al.*, 2005). Nous croyons à la lumière de nos résultats que la consommation d'alcool à la retraite peut être influencée par des relations que les individus entretiennent avec leurs pairs, mais ces relations doivent déjà être « partagées » autour de la consommation d'alcool avant la retraite. De plus, dans ces relations partagées autour de la consommation d'alcool, le retraité ne fait pas que subir l'influence des pairs en ce qui concerne sa propre consommation. Il a aussi un rôle à jouer, notamment celui de fréquenter ou pas les consommateurs et de se laisser ou pas influencer par ces derniers.

Il nous semble incontournable d'ajouter que la relation au conjoint était encore plus déterminante que celles des autres consommateurs, et ce, pour un plus grand nombre de participants. En effet, pour plusieurs participants, la relation « partagée » autour de la consommation d'alcool avec leur conjoint influençait, voire encadrait, leur propre consommation. Pour certains d'entre eux, cela était encore plus évident depuis leur retraite. Nous n'avons pas rencontré d'étude portant sur le rôle du conjoint dans la consommation d'alcool des retraités. De plus, nous n'avons pas beaucoup d'information sur la consommation d'alcool lorsque les deux conjoints sont à la retraite. À cet égard, puisqu'elle est sa « *partenaire de boisson* », Stéphane se questionne à savoir si la retraite de sa blonde va influencer sa consommation d'alcool. Dans le même sens, puisque Martin attend toujours l'arrivée de sa « blonde pour commencer à boire », nous pouvons nous demander qu'advient-il de sa consommation lorsque sa conjointe sera retraitée.

- La consommation d'alcool des retraités; une question d'autonomie

Les quelques changements rapportés dans la consommation d'alcool et qui allaient dans le sens d'une augmentation à la retraite étaient associés à ses aspects positifs, tel qu'un sentiment de liberté, une récupération de la fatigue ou une nouvelle manière de jouir de la vie. En contrepartie, les difficultés vécues à la retraite comme des problèmes de santé ou des sentiments dépressifs étaient associées à une faible consommation d'alcool ou à une diminution de celle-ci. Nos résultats, quoi que modestes, tendent à aller à l'encontre d'une croyance populaire qui a motivé l'intérêt que nous portons à notre objet de recherche. Cette croyance suggère que « certains aînés commencent à boire de façon problématique en réaction aux pertes causées par la retraite. D'autres ne peuvent tout simplement pas s'ajuster à la perte de structure et boivent pour se désennuyer » (Éduc'Alcool, 2006).

Qu'ils aient modifié ou pas leur consommation, tous les participants ont souligné qu'ils la « contrôlaient » et que la manière dont ils consommaient était une question de choix. Ce choix se faisait en fonction de conditions personnelles favorables ou contraignantes à l'alcool. Cette dimension de choix va dans le sens du principe de l'autonomie et l'autodétermination.

Les existences ne sont pas complètement façonnées ou déterminées par le contexte social, mais les individus contribuent à construire leur propre parcours de vie à travers les choix et les actions qu'ils entreprennent à l'intérieur des opportunités et des contraintes imposées par les circonstances sociales et historiques. (Lalive d'Epinay *et al.*, 2005)

Les opportunités et les contraintes sur lesquelles les participants s'appuyaient pour faire le choix d'augmenter, de diminuer ou de ne pas changer leur consommation, étaient liées à leur santé. Une analyse de données épidémiologiques démontre que chez les individus plus âgés (plus de 55 ans), les personnes qui boivent de l'alcool se perçoivent en meilleure santé que celles qui n'en boivent pas (Marconi, 2012). Bien que nous n'ayons pas interrogé de personnes abstinentes d'alcool, de manière générale, nos



résultats ne vont pas à l'encontre de cette observation mais peuvent lui apporter quelques précisions. Les participants qui croyaient que la consommation d'alcool pouvait nuire à leur santé en raison de contraintes médicales notamment, avaient soit une faible consommation qui ne dépassait jamais une à deux consommations ou une consommation qui a diminué avec l'arrivée de la retraite puisqu'ils se souciaient davantage de leur santé. Ceux qui considéraient que la consommation d'alcool ne nuisait pas à leur santé étaient soit des « gros » buveurs ou des personnes qui avaient augmenté leur consommation. En résumé, la perception des impacts que la consommation d'alcool pouvait avoir sur leur santé guidait leur comportement de consommation d'alcool. Plus les participants considéraient que leur santé pouvait être affectée par la consommation d'alcool, moins ils buvaient de grande quantité d'alcool.

### 5.3 Pistes prometteuses dans l'orientation des études futures et des pratiques sociales

Tout d'abord en ce qui concerne la recherche, soulignons que nous n'avons pas l'impression d'avoir interviewé suffisamment de retraités. Bien que le nombre de participants était suffisant pour l'exercice d'un mémoire, nous sommes convaincu que notre échantillon était trop modeste pour développer une connaissance approfondie et diversifiée de la consommation d'alcool en lien avec les différentes dimensions de la retraite investiguées dans ce mémoire. D'ailleurs, nous n'avons retrouvé aucune recherche qualitative sur la retraite en gérontologie sociale qui traite de la consommation d'alcool des retraités avec une approche multidimensionnelle. À la lumière de nos résultats, il serait intéressant d'étendre notre recherche à un plus grand nombre de personnes retraitées pour pouvoir atteindre une plus grande diversité conceptuelle. Nous serions plus en mesure de croiser les différentes dimensions des deux concepts étudiés dans ce mémoire et d'en arriver à des conclusions plus soutenues empiriquement permettant de comprendre les liens qui se tissent entre eux.

Concernant le cadre théorique, nous croyons que la perspective du parcours de vie est un excellent support pour appréhender la problématique étudiée dans ce mémoire. Par ailleurs, des recherches futures pourraient pousser un peu plus loin la notion de principe de vie en réseaux en investiguant les relations partagées « autour de la consommation d'alcool » avec les pairs, notamment avec les conjoints. Pour ce faire, il serait nécessaire de rencontrer des couples dont les deux partenaires sont retraités et de questionner l'influence de la retraite sur leur consommation d'alcool.

De futures études dans ce champ de recherche, s'inspirant aussi du parcours de vie, pourraient inclure la notion d'autonomie en investiguant le rôle de la santé « auto-perçue » et de toutes autres dimensions personnelles influençant les choix concernant la consommation d'alcool. Par exemple, il ressortait de la documentation révisée que les conditions financières influençaient la consommation des personnes à la retraite. Toutefois, nous n'avons pas pu vérifier cet aspect puisque que les conditions économiques des participants étaient vraisemblablement similaires. Enfin, la notion de *life span development* utilisée dans ce mémoire pourrait, dans des études prochaines, être intégrée pleinement en utilisant des entrevues de type récit de vie. Ainsi, la consommation d'alcool des retraités pourrait être analysée au long cours, à partir du début de celle-ci, et non simplement en période d'emploi.

Par ailleurs, à la lumière de notre expérience professionnelle et de notre recension des écrits, nous savions que les problèmes associés à la consommation d'alcool chez les personnes retraitées sont abordés non sans difficulté. Notre démarche confirme qu'il en ait ainsi également pour la consommation d'alcool n'impliquant ni problème ni abus. Les difficultés d'aborder librement la consommation d'alcool a certes créé un biais important dans notre recherche, notamment au niveau de la composition de notre échantillon et du partage des informations lors des entrevues. Rappelons qu'à l'étape du recrutement, des personnes avaient accepté de nous rencontrer pour nous parler de leur retraite, mais refusaient d'aborder leur consommation d'alcool. Aussi, il était

particulièrement difficile, lors des entrevues, d'amener les participants à parler de leur consommation d'alcool contrairement à la retraite qui était abordée sans ambages. Et c'est sans parler des participants qui avaient accepté de nous rencontrer pour nous parler de leur consommation d'alcool et qui, une fois l'entrevue débutée, trouvaient inintéressant d'aborder celle-ci puisqu'ils étaient d'avis qu'elle était très faible en raison de contraintes médicales ou métaboliques. À cet égard, une attention particulière devrait être portée au recrutement dans de prochaines études en la matière. Il serait ainsi souhaitable de développer une stratégie pour s'assurer que les individus soient non seulement intéressés à partager leur expérience de consommation d'alcool, mais qu'ils aient les capacités de consommer afin d'éviter le recrutement d'un trop grand nombre de personnes ayant des contraintes à la consommation.

Enfin, après une analyse générale de notre pratique, de la littérature et de notre recherche, nous constatons que lorsque l'on s'intéresse à la consommation d'alcool des personnes retraitées vieillissantes, on appréhende souvent la retraite comme une période qui présente des risques pour l'éclosion de divers troubles et les retraités comme des personnes vulnérables face à la consommation d'alcool. Nous croyons que cette approche « du retraité fragile », renforce les tabous à l'égard de la consommation d'alcool des personnes à la retraite.

Nos résultats de recherche proposent un regard plus englobant sur la retraite, un regard tourné aussi vers ses aspects positifs afin d'appréhender la consommation d'alcool. Toutefois, nous sommes conscients que la majorité des répondants de notre étude avaient des conditions de vie ainsi qu'une appréciation générale positive de leur retraite et qu'aucun n'avait des troubles liés à la consommation d'alcool. Il nous a donc impossible de vérifier l'hypothèse selon laquelle certains retraités développeraient une consommation problématique en réaction à une transition difficile à la retraite. Il serait donc pertinent, dans un avenir rapproché, de faire des recherches incluant une diversité de personnes, soit ayant développé une augmentation de leur consommation, pouvant

être problématique ou non, de même provenant de milieux socio-économiques plus défavorisés et pour qui la transition à la retraite a été une période très difficile, voire traumatisante.

Sur le plan de l'intervention et selon mon expérience professionnelle auprès de personnes ayant des problèmes relatifs à la consommation d'alcool, les outils d'évaluation que l'on utilise pour offrir des services dits « spécialisés », ne sont pas adaptés à l'évaluation des besoins spécifiques au vieillissement et à la retraite. En fait, il n'existerait, à cet égard, aucun outil d'évaluation validé par la recherche (Menecier, 2010). L'ultime indicateur utilisé pour orienter les personnes vieillissantes ou retraitées, vers des services dits « spécialisés », est le marqueur de l'âge, soit 55 ans précisément. On sous-entend, tacitement, que cet âge est le marqueur ultime du vieillissement ou de la retraite, d'une part, et, d'autre part, que commencent, à cette période, des problèmes ou des besoins relatifs à ceux-ci. Enfin, cela induit aussi que toutes les personnes atteignant l'âge de 55 ans, ont les mêmes besoins parce qu'elles sont plus âgées ou qu'elles sont retraitées. Ce n'est pas ce que nous a permis de constater nos données ainsi que, plus largement, la recherche en gérontologie sociale.

Par ailleurs, en ce qui concerne la gérontologie sociale, nous ne pouvons pas toutefois nous avancer sur les pratiques d'intervention puisque ce n'est pas notre champ d'expertise. Néanmoins, selon nos échanges avec ce milieu, nous constatons que les difficultés relatives à la consommation d'alcool sont peu approfondies dans les outils d'évaluation « multi-clientèle ». Ce constat nous amène à nous demander si des représentations sociales véhiculées à l'égard des personnes vieillissantes ne contribueraient pas à cet état de fait; les désignant comme des êtres ne pouvant pas avoir ce type de problème. Nous croyons ainsi que les tabous, entourant la consommation d'alcool, sont aussi présents dans la pratique en gériatrie sociale.

Au final, nous proposons, afin d'appréhender la consommation d'alcool des personnes retraitées, que les connaissances empiriques de la recherche et de la pratique en

gérontologie sociale, s'allient à celles concernant la consommation d'alcool, cessant ainsi de les traiter en vase clos. Nous suggérons que les services concernant la consommation d'alcool cessent de considérer d'emblée la vieillesse et la retraite comme étant des problèmes en soi, et qu'ils considèrent les besoins relatifs à ces phénomènes comme étant multidimensionnels et singuliers à chaque individu. Pour ce faire, on doit cesser d'offrir des services dit spécialisés essentiellement à partir du marqueur de l'âge, mais plutôt en tenant compte des réalités multiples et propres à chaque individu. Dans le même sens, on doit cesser de faire des recommandations sur la consommation d'alcool auprès des personnes vieillissantes seulement en fonction de leur l'âge, mais en tenant compte aussi de leurs caractéristiques personnelles, telles que leur état de santé et la prise de médicaments, par exemple. Du côté de la gériatrie, nous proposons que la consommation d'alcool soit abordée avec les individus avant de les orienter vers les services offerts. Cependant, on ne doit pas empêcher les individus d'avoir accès aux services spécifiques en gériatrie sous prétexte qu'ils ont des difficultés relatives à la consommation d'alcool, comme c'est parfois malheureusement le cas.

En terminant, nous aimerions dire quelques mots sur les politiques sociales. Bien que celles-ci ne fassent pas l'objet de notre recherche, nous pensons que le fait d'éloigner l'âge de la retraite va diminuer la qualité de vie des retraités qui ne possèdent pas tous les régimes ou les moyens financiers leur permettant de se retirer du milieu du travail avant que leur santé ne soit trop hypothéquée. Autrement dit, la retraite consistera pour les moins nantis, d'abord et surtout, à récupérer mentalement et physiquement de leur travail et à s'occuper de leur santé, ce fait nous ramenant aux années 1940, période où la retraite consistait surtout en « un repos mérité » (Guillemard, 1986, dans Legrand, 2001). Cet éloignement de l'âge de la retraite renforcera chaque jour un peu plus les inégalités sociales et de santé qui existent déjà entre les retraités les plus riches et les plus pauvres. À la lumière de notre démarche, nous croyons que nous devons reconsidérer l'idée de repousser l'âge d'accès aux régimes publics de retraite, du moins

tel qu'on souhaite le faire, c'est-à-dire sans égard aux conditions spécifiques à chaque individu.

## CONCLUSION

Les connaissances recensées sur le phénomène de la retraite mettent en évidence les changements majeurs survenus dans les sphères du travail et de la retraite dans nos sociétés. Plus précisément, les analyses sociodémographiques et socioéconomiques démontrent que le statut de la retraite s'est transformé au cours de l'histoire. Depuis son institutionnalisation, la retraite est passée d'un statut de droit, où elle consistait en un repos mérité après des services rendus à la collectivité, à un statut de devoir, alors que dans certains secteurs d'emploi les travailleurs âgés ont été amenés à se retirer plus tôt que prévu. Cette dernière évolution étant annonciatrice d'inégalités sociales puisque que tous les retraités ne partagent pas les mêmes conditions en fonction de leur appartenance sociale.

Cette évolution s'est réalisée en parallèle avec l'espérance de vie qui ne cesse de s'accroître et du départ à la retraite qui débute de plus en plus tôt. Les nouveaux retraités étant, pour la plupart d'entre eux, en bonne santé et ayant une espérance de vie de plus en plus longue, on s'intéresse à leur expérience de cette nouvelle étape de vie, s'insérant entre la fin de la période d'emploi et le début de la grande vieillesse. Les recherches en gérontologie sociale font ressortir que le processus de transition à la retraite, son rythme, ses motifs, ses conditions et ses implications, varient considérablement, celui-ci étant complexe et multidimensionnel. Les travaux axés sur l'expérience des retraités ont innové dans la manière d'appréhender la retraite, « car jusque-là, les représentations subjectives des jeunes retraités avaient été peu abordées » (Guillemard, 2001).

Plusieurs travaux tendent à démontrer que la perte de rôle ou de statut social consécutive à l'arrêt de travail, inhérent à la retraite, « va nécessiter la reconstruction d'une nouvelle identité et d'une nouvelle image de soi à travers un autre

fonctionnement de vie » (Pataud et Goury, 2001). Cette reconstruction identitaire passe, notamment, par la modification des rôles joués dans la sphère familiale et démontre que « la reconfiguration de la conjugalité » peut prendre plusieurs formes et varier selon le sexe (Pennec, 2001). Qui plus est, en étudiant des cohortes différentes de retraités, des enquêtes démontrent que l'appartenance à une génération influencera la transition à la retraite, notamment en induisant divers niveaux d'engagement social, de nouvelles formes de loisirs et des comportements différents (Bickel et Lalive d'Épinay, 2001). C'est dans cette perspective que la consommation d'alcool des nouveaux retraités suscite de plus en plus d'intérêt.

En effet, c'est non seulement en raison de la vague déferlante de retraités, mais aussi parce que l'on suppose, d'une part, que la retraite est une période à risque de développer toutes sortes de problèmes et, d'autre part, que la cohorte des baby-boomers a des comportements plus permissifs face à l'alcool que l'on s'intéresse à leur consommation. C'est suite à ces anticipations que nous avons fouillé la littérature concernant la consommation d'alcool des retraités. À la lumière de cet exercice, il nous apparaît difficile de conclure que l'arrêt de travail, pris isolément, cause une augmentation globale de la consommation d'alcool et des problèmes qui y sont associés.

Cependant, les enquêtes américaines et françaises, ayant comme objet la consommation d'alcool, ont permis d'identifier certaines caractéristiques pouvant influencer la consommation des retraités. Toutefois, la manière dont le concept de retraite est opérationnalisé dans ces études est peu nuancé laissant sous-entendre que ce processus se résume à l'arrêt de travail et qu'il est essentiellement le même pour tous, ce qui est contraire aux conclusions de la littérature en gérontologie sociale. Par ailleurs, ces études quantitatives se sont, pour ainsi dire, peu penchées sur le point de vue des retraités quant à leur consommation d'alcool, apportant à cet égard des pistes de réflexion minimalistes.



Face au déséquilibre évident entre les approches de recherche en gérontologie sociale et les enquêtes traitant de la consommation d'alcool, nous avons entrepris une recherche qualitative auprès de sept retraités à l'aide d'entrevues individuelles. Nous avons ainsi pu recueillir, grâce au témoignage des participants rencontrés, les multiples transformations que la retraite pouvait apporter à l'ensemble de leur vie et approcher leur consommation d'alcool au-delà de la quantité consommée ou des problèmes associés. Les sept personnes rencontrées ne constituent évidemment pas un échantillon représentatif théoriquement de la population visée. Par contre, leurs récits nous procurent des informations pertinentes sur les implications de la transition à la retraite en lien avec la consommation d'alcool.

À partir de l'analyse de contenu des entretiens, les résultats obtenus confirment, dans un premier temps, que les transformations amenées par la transition à la retraite sont multidimensionnelles. La réorganisation du mode de vie, qui consiste, surtout pour les hommes, à réinvestir des intérêts laissés en suspens, provoque un sentiment de liberté et une libération du stress. Les transformations les plus notables passent surtout par la sphère familiale où les rôles dans la conjugalité sont en redéfinition. Ainsi, pour plusieurs hommes, la retraite consiste à renforcer leur rôle de père en attendant celle de leur conjointe.

Dans un deuxième temps, les résultats permettent de regarder comment et pourquoi les diverses transformations amenées par la retraite ont influencé, ou pas, la consommation d'alcool des participants. La réorganisation du mode de vie en l'absence d'obligation professionnelle, est associée pour certains à une augmentation de la consommation en raison d'un sentiment de liberté. Pour d'autres, elle est associée à une diminution en raison d'un nouveau mode de vie plus axé sur la « remise en forme ». La prise de distance avec les pairs consommateurs amène aussi une diminution des périodes de forte consommation. À ce chapitre, le conjoint est un acteur important; il peut faire partie de l'équation qui amène le retraité à augmenter sa consommation, ou au

contraire, à empêcher qu'elle augmente. Enfin, les soucis liés à la santé amènent à contrôler la consommation d'alcool chez certains, et l'impression d'être en bonne santé, peut justifier de ne pas la diminuer chez d'autres.

À la lumière des résultats obtenus, il nous apparaît plus que pertinent de les interpréter à travers la lunette de la perspective du parcours de vie. D'abord, avec des variations plus ou moins importantes, la consommation d'alcool a évolué au cours de l'existence des individus, et ce, au-delà de leur transition à la retraite. Les quelques modifications apportées en lien avec la retraite, sont moins significatives que celles qui ont pu survenir dans le passé en lien avec d'autres périodes ou d'autres événements de leur vie. La retraite n'est donc pas perçue comme un point tournant ayant apporté des modifications majeures dans la consommation d'alcool. Ainsi, le rapport à la consommation d'alcool depuis la retraite, s'est construit bien avant la retraite et est toujours non problématique et satisfaisant.

Ensuite, les quelques modifications dans la consommation d'alcool, peuvent être favorisées par les relations avec les pairs qui sont partagées autour de celle-ci, notamment avec le conjoint. Le retraité modifie ainsi sa consommation en fonction du rapprochement, ou de la distanciation avec les autres consommateurs avec qui il partage une relation autour de l'alcool. Enfin, qu'ils l'aient modifiée ou pas, les retraités contrôlent tous leur consommation et leur manière de consommer, est une question de choix, celui-ci s'effectuant en fonction de conditions personnelles, notamment de santé, favorables ou contraignantes à la consommation d'alcool.

Notre analyse de la littérature et des témoignages recueillis, confirme l'idée que les connaissances et la pratique en gérontologie sociale et celles issues du champ de la consommation d'alcool, doivent s'allier pour mieux comprendre la consommation des retraités. Ceci dit, nous terminons cette démarche de recherche avec l'idée qu'il est difficile d'appréhender la consommation d'alcool des retraités. Cette difficulté semble être renforcée par plusieurs éléments. Nous croyons que la consommation d'alcool est

encore socialement ou moralement un sujet tabou et que celle des personnes vieillissantes est impensable! Ainsi, le simple fait de la questionner ou de s'y intéresser, laisse sous-entendre qu'on veut l'évaluer, voire y trouver des problèmes associés. Malgré ce que l'on peut en dire dans les articles d'informations publiques, il semble que la consommation d'alcool des personnes vieillissantes ou retraitées ne représentent pas une priorité dans notre société. La preuve en est la rareté de la prise en compte de celle-ci dans les recherches, les plans ministériels et les outils d'évaluation. Pour toutes ces raisons, il n'est pas surprenant qu'elle soit sous investie et par voie de conséquence, sous déclarée.

## APPENDICE A

### GRILLE D'ENTREVUE

#### **Grille d'entrevue portant sur le point de vue des retraités quant à leur expérience de consommation d'alcool en lien avec leur transition à la retraite**

Premier thème : L'expérience de transition à la retraite

##### 1. L'activité professionnelle

1.1 Avant de prendre votre retraite, qu'est-ce que vous faisiez comme travail ?

1.1.1 Parlez-moi de ce travail.

1.2 De manière générale, quelle était votre satisfaction de votre travail ?

1.2.1 Parlez-moi en un peu plus.

##### 2. La transition à la retraite

2.1 Maintenant, parlez-moi de la manière dont s'est effectuée la période de transition entre votre vie de travailleur-se et celle en tant que retraité ?

Questions de relance (si nécessaire)

2.2 Quand vous me dites que votre transition à la retraite a été x (reprendre les termes du participant), comment vous l'expliquez-vous ?

2.2.1 Pourriez-vous me donner des exemples pour que je comprenne mieux ?

2.3. Diriez-vous que vous avez pris votre retraite plutôt volontairement ou que vous avez été plutôt contraint (ou obligé) de la prendre ?

2.3.1 Pouvez-vous m'en parler un peu plus ?

### 3. Les implications de la retraite dans votre vie

#### 3.1 D'après vous, quelles ont été les implications de la retraite sur votre vie ?

3.1.1 Sur le plan de votre vie sociale(famille, amis, collègues)

3.1.2 ...de votre mode de vie et de vos occupations

3.1.3 ...de votre santé

3.1.4 ...de vos finances

3.1.5 ...de la manière que vous vous percevez

3.1.6 ...de la manière dont les autres vous perçoivent

### Second thème : L'expérience de consommation d'alcool avant et depuis la retraite

#### 1. La consommation d'alcool et la période de travail

1.1. Pouvez-vous me parler de la façon dont se passait votre consommation d'alcool lorsque vous étiez sur le marché du travail ?

#### Questions de relance et de précision (si nécessaire)

1.2 Lorsque vous me dites que vous aviez une consommation x (reprendre les propos du participant), que voulez-vous dire ?

1.2.1 Comment vous l'expliquez-vous ?

1.2.2 Pouvez-vous me donner des exemples ?

1.3 Selon vous, lorsque vous étiez sur le marché du travail, existait-il des éléments qu'influençaient votre consommation d'alcool ?

1.3.1 Éléments à explorer (finances, entourage (famille et amis), horaire du temps, activités, événements ou état de santé, autres éléments non mentionnés influençant votre consommation d'alcool)

#### 2. La consommation d'alcool et la retraite

2.1 Pouvez-vous maintenant me parler de votre consommation d'alcool depuis que vous êtes à la retraite ?

Questions de relance et de précision (si nécessaire)

2.2 Lorsque vous me dites que votre consommation d'alcool a changé ou pas (reprendre les propos du participant) depuis votre retraite, qu'est-ce que vous entendez par là ?

2.2.1 Pouvez-vous me donner des exemples ?

2.2.2 Selon vous, comment l'expliquez-vous ?

2.3 Selon vous, est-ce qu'il y a des éléments qui influencent ou qui ont influencé votre consommation d'alcool depuis que vous êtes à la retraite ?

2.3.1 Éléments à explorer (finances, entourage (famille et amis), horaire du temps, activités, événements ou état de santé, autres éléments non mentionnés influençant votre consommation d'alcool) (reprendre les propos du participant souligné à la question 1.3.1)

3. Conclusion

3.1 Pour conclure l'entrevue, avec du recul, considérez-vous que votre consommation d'alcool a changé depuis votre retraite ?

3.1.1. Selon vous, qu'est-ce qui explique le mieux ce changement ou non changement ?

## APPENDICE B

### QUESTIONNAIRE SOCIODÉMOGRAPHIQUE

Ce questionnaire vient après l'entrevue et a pour but de recueillir des infos de base qui seront utiles pour les analyses. Plusieurs questions n'auront pas besoin d'être posées (ou seront simplement validées) parce que dites en entrevue...

1. Quel âge avez-vous ?
2. Avez-vous fait des études ? Quelle est votre formation ?
3. Depuis combien de temps êtes-vous à la retraite ? Quel emploi occupiez-vous ?
4. Occupez-vous présentement un emploi rémunéré ?
  - a. Si oui, combien d'heures par semaine ?
5. Quelles sont vos sources de revenus ?
6. Dans quelle catégorie se situe votre revenu annuel ?
  - a. 25 000 \$ et moins\_\_
  - b. 25 000 à 50 000 \$\_\_
  - c. plus de 50 000 \$\_\_
7. Quel est votre état civil ?
8. Avez-vous des enfants ?
  - a. Si oui, les fréquentez-vous ?
  - b. Vous diriez à quelle fréquence ?
9. Avez-vous des petits-enfants ?
  - a. Si oui, les fréquentez-vous ?
  - b. Vous diriez à quelle fréquence ?

10. Avez-vous des ami-e-s ?
  - a. Si oui, les fréquentez-vous ?
  - b. Vous diriez à quelle fréquence ?
11. Qui sont les gens à part ceux que vous venez de me mentionner que vous fréquentez ?
  - a. À quelle fréquence les fréquentez-vous ?
12. Est-ce que vous vous percevez en bonne santé ?
  - a. Quels indices en avez-vous ?



## APPENDICE C

### FORMULAIRE D'INFORMATION ET DE CONSENTEMENT



**Titre du projet :** La transition à la retraite et la consommation d'alcool

#### IDENTIFICATION

Étudiant-chercheur responsable du projet : Alain Robitaille

Université du Québec à Montréal

Adresse courriel : [robitaille.alain.3@courrier.uqam.ca](mailto:robitaille.alain.3@courrier.uqam.ca)

#### BUT GÉNÉRAL DU PROJET ET DIRECTION

Bonjour, vous êtes invité(e) à participer à un projet de recherche visant à explorer la consommation d'alcool des personnes en situation de retraite. Il vise à connaître le point de vue des personnes retraitées sur leur consommation d'alcool et à identifier si cette dernière s'est modifiée, ou pas, depuis l'arrivée de leur retraite. Ce projet est réalisé dans le cadre d'un mémoire de maîtrise en Travail social sous la direction de Michèle Charpentier et de Myriam Dubé. Elles peuvent être rejointes respectivement au 514 987-3000 poste 2080 et poste 5543 ou encore par écrit à [michele.charpentier@uqam.ca](mailto:michele.charpentier@uqam.ca) ou encore à [myriam.dube@uqam.ca](mailto:myriam.dube@uqam.ca).

#### TÂCHES DEMANDÉES AU PARTICIPANT

Votre participation consiste à donner une entrevue individuelle au cours de laquelle il vous sera demandé de donner votre point de vue sur votre consommation d'alcool en lien avec votre transition à la retraite. Notez qu'aucune compensation financière ne vous sera versée. Cette entrevue comportera deux grands thèmes. Le premier portera sur votre de transition à la retraite et le second sur votre consommation

d'alcool avant et depuis l'arrivée de votre retraite. Il vous sera demandé aussi de fournir quelques données personnelles telles que votre âge, votre revenu annuel moyen, votre statut civil. Cette entrevue est enregistrée numériquement avec votre permission et prendra environ 1 heure de votre temps. Le lieu et l'heure de l'entrevue seront à convenir avec vous (à votre domicile, à l'université ou à un autre endroit favorable à son déroulement). La transcription sur support informatique qui en suivra ne permettra pas de vous identifier.

### **AVANTAGES ET RISQUES**

Votre participation contribuera à l'avancement des connaissances sur la consommation d'alcool en lien avec la transition à la retraite. De plus, elle vous offrira la possibilité de faire une réflexion sur votre consommation d'alcool et de porter un regard sur les modifications de celle-ci en lien avec votre transition à la retraite. Il n'y a pas de risque d'inconfort important associé à votre participation à cette rencontre. Vous devez cependant prendre conscience que certaines questions pourraient raviver des émotions désagréables liées à des expériences que vous avez peut-être mal vécues en lien avec votre transition à la retraite ou avec votre consommation d'alcool. Vous demeurez libre de ne pas répondre à une question que vous estimez embarrassante sans avoir à vous justifier. Une ressource d'aide appropriée pourra vous être proposée si vous souhaitez discuter de votre situation. Il est de la responsabilité de l'interviewer de suspendre ou de mettre fin à l'entrevue s'il estime que votre bien-être est menacé.

### **ANONYMAT ET CONFIDENTIALITÉ**

Il est entendu que les renseignements recueillis lors de l'entrevue sont confidentiels et que seuls les membres de l'équipe de recherche auront accès à votre enregistrement et au contenu de sa transcription. Le matériel de recherche (enregistrements numériques et transcriptions codées) ainsi que votre formulaire de consentement seront conservés séparément sous clé au laboratoire de l'étudiant-chercheur responsable pour la durée totale du projet. Les enregistrements ainsi que les formulaires de consentement seront détruits 5 ans après les dernières publications.

### **PARTICIPATION VOLONTAIRE**

Votre participation à ce projet est volontaire. Cela signifie que vous acceptez de participer au projet sans aucune contrainte ou pression extérieure, et que par ailleurs vous êtes libre de mettre fin à votre participation en tout temps au cours de cette recherche. Dans ce cas, les renseignements vous concernant seront détruits. Votre accord à participer implique également que vous acceptez que l'équipe de recherche puisse utiliser aux fins de la présente recherche (articles, mémoires, thèses, conférences et communications scientifiques) les renseignements recueillis à la condition qu'aucune information permettant de vous identifier ne soit divulguée publiquement à moins d'un consentement explicite de votre part.

### **COMPENSATION FINANCIÈRE**

Votre participation à ce projet est offerte gratuitement, aucune compensation financière ne vous sera versée.

### **DES QUESTIONS SUR LE PROJET OU SUR VOS DROITS?**

Pour des questions additionnelles sur le projet, sur votre participation et sur vos droits en tant que participant-e de recherche, ou pour vous retirer du projet, vous pouvez communiquer avec : Michèle Charpentier ou Myriam Dubé, directrices de l'étudiant, aux coordonnées ci-mentionnées plus haut. Le projet auquel vous allez participer a été approuvé au plan de l'éthique de la recherche avec des êtres humains par le Comité d'éthique de la recherche pour les projets étudiants (CERPÉ) de la Faculté des sciences humaines de l'UQAM. Pour toute question ne pouvant être adressée à la direction de recherche ou pour formuler une plainte ou des commentaires, vous pouvez contacter la présidente du comité par l'intermédiaire de la coordonnatrice du CERPÉ, Anick Bergeron, au 514 987-3000, poste 3642, ou par courriel à l'adresse suivante : [bergeron.anick@uqam.ca](mailto:bergeron.anick@uqam.ca).»

### **REMERCIEMENTS**

Votre collaboration est importante à la réalisation de notre projet et l'équipe de recherche tient à vous en remercier. Si vous souhaitez obtenir un résumé écrit des principaux résultats de cette recherche, veuillez ajouter vos coordonnées ci-dessous.

**SIGNATURES :**

Je reconnais avoir lu le présent formulaire de consentement et consens volontairement à participer à ce projet de recherche. Je reconnais aussi que l'étudiant-chercheur a répondu à mes questions de manière satisfaisante et que j'ai disposé de suffisamment temps pour réfléchir à ma décision de participer. Je comprends que ma participation à cette recherche est totalement volontaire et que je peux y mettre fin en tout temps, sans pénalité d'aucune forme, ni justification à donner.

Signature du participant :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Je déclare avoir expliqué le but, la nature, les avantages, les risques du projet et avoir répondu au meilleur de ma connaissance aux questions posées.

Signature de l'étudiant-chercheur responsable du projet

ou de son, sa délégué(e) :

Date :

Nom (lettres moulées) et coordonnées :

Un exemplaire du formulaire d'information et de consentement signé doit être remis au participant.



## BIBLIOGRAPHIE

- Adams, W. L. (1996). Alcohol use in the retirement communities. *Journal of the American Geriatrics Society*, 44, 1082-1085.
- Adams, W. L. et Cox, N. S. (1995). Epidemiology of problem drinking among elderly people. *The International Journal of the Addictions*, 30, 1693-1716.
- Alexander, F. et Duff, R. W. (1988). Social interaction and alcohol use in retirement communities. *The Gerontologist*, 28(5). En ligne, <http://gerontologist.oxfordjournals.org.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- Argoud, D. (2001). La voix des retraités : entre représentation et participation. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 307-323.
- Association nationale de prévention en addictologie et de l'alcoologie (ANPAA) (2009). *Personnes âgées et alcool*. En ligne, [http://www.sfalcoologie.asso.fr/download/5c\\_personnes-agees\\_sfa2009.pdf](http://www.sfalcoologie.asso.fr/download/5c_personnes-agees_sfa2009.pdf). Consulté le 2 décembre 2012.
- Bacharach, S. B., Bamberger, P. A., Biron, M. et Horowitz-Rozen, M. (2008). Perceived agency in retirement and retiree drinking behavior : Job satisfaction as a moderator. *Journal of Vocational Behavior*, 73, 376-386. En ligne, <http://www.sciencedirect.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- Bacharach, S. B., Bamberger, P. A., Cohen, A. et Doveh, E. (2007). Retirement, social support, and drinking behavior : A cohort analysis of males with a baseline history of problem drinking. *Journal of Drug Issues*, 37. En ligne, <http://jod.sagepub.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- Bacharach, S. B., Bamberger, P. A., Sonnenstuhl, W. J. et Vashdi, D. (2004). Retirement, risky alcohol consumption and drinking problems among blue-collar workers. *Journal of Studies on Alcohol*, 65. En ligne, <http://www.scopus.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.

- Baltes P. B., Lindenberger U. et Staudinger U. M. (1998). Life-span theory in developmental psychology. *Annual Review of Psychology*, 50, 471-507.
- Bickel, J. F. et Lalived'Épinay, C. (2001). Les styles de vie des personnes âgées et leur évolution récente : une étude de cohortes ». Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 307-323.
- Blanc, M. (2001). La citoyenneté active des retraités : réflexions et questions. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 295-306.
- Blazer, D. G. et Wu, L. T. (2009). The epidemiology of at-risk and binge drinking among middle-aged and elderly community adults : National survey on drug use and health. *The American Journal of Psychiatry*, 166(10). En ligne, <http://ajp.psychiatryonline.org.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 15 mars 2013.
- Brennan, P. L., Schutte, K. K. et Moos, R. H. (2010). Retired status and older adults' 10-year drinking trajectories. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 71. En ligne, <http://www.scopus.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- Caradec, V. (1996). *Le couple à l'heure de la retraite*. Rennes : Presses universitaires de Rennes.
- Caradec, V. (2008). Les mécanismes de la transition identitaire au moment de la retraite spirale. *Recherches en éducation*, 41. En ligne, [http://test.spirale-edu-revue.fr/IMG/pdf/10\\_Caradec\\_Spirale41.pdf](http://test.spirale-edu-revue.fr/IMG/pdf/10_Caradec_Spirale41.pdf). Consulté le 10 mai 2012.
- Cavalli, S. (2008). *Trajectoires de vie dans la grande vieillesse : rester chez soi ou s'installer en établissement médico-social ?* Thèse de doctorat, Université de Genève. En ligne, <https://archive-ouverte.unige.ch/unige:638>. Consulté le 10 mars 2012.
- Centre canadien de lutte contre l'alcoolisme et la toxicomanie (2012). *Niveaux et profils de consommation d'alcool au Canada*. Série sur les politiques régissant les prix de l'alcool. En ligne, [www.ccsa.ca/.../CCSA-Patterns-Alcohol-Use-Policy-Canada-2012-fr.pdf](http://www.ccsa.ca/.../CCSA-Patterns-Alcohol-Use-Policy-Canada-2012-fr.pdf). Consulté le 2 mars 2013.
- Charpentier, M., Guberman, N., Billette, V., Lavoie, J. P., Grenier, A. et Olazabal, I. (dir.) (2010). *Vieillir au pluriel. Perspectives sociales*. Préface d'Hélène Wavroch. Québec : Presses de l'Université du Québec, collection Problèmes sociaux et intervention sociales, 524 p.

- Crenner, E. (2004). Être retraité : tourner la page du travail. *Insee Première*, 979.
- Crespo, S. (2005). *Une étude exhaustive des formes de transition vers la retraite*. Groupe de recherche sur les transformations du travail, des âges et des politiques sociales financée par le Fonds québécois de recherche sur la société et la culture (FQRSC). En ligne, [http://transpol.org/images/stories/Crespo\\_2005.pdf](http://transpol.org/images/stories/Crespo_2005.pdf). Consulté le 10 novembre 2012.
- Cumming, E. et Henry, W. (1961). *Growing old. The process of disengagement*. New York : Basic Books.
- Douglass, R. L., Schuster, E. O. et McClelland, S. C. (1988). Drinking patterns and abstinence among the elderly. *The International Journal of the Addictions*, 23, 399-415.
- Éduc'Alcool (2006a). *Alcool et santé : L'alcool et les aînés*. En ligne. [www.educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool\\_et\\_Sante\\_3.pdf](http://www.educalcool.qc.ca/wp-content/uploads/2011/12/Alcool_et_Sante_3.pdf). Consulté le 1<sup>er</sup> décembre 2012.
- Éduc'Alcool (2006b). *L'alcool et les aînés : un sujet sensible*. En ligne, [www.educalcool.qc.ca](http://www.educalcool.qc.ca). Consulté le 1<sup>er</sup> juillet 2013.
- Ekerdt, D. J., De Labry, L. O., Glynn, R. J. et Davis, R. W. (1989). Change in drinking behaviors with retirement : Findings from the normative aging study. *Journal of Studies on Alcohol*, 50. En ligne, <http://www.scopus.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- Elder, G. H. (1998). The life course and human development. Dans R. M. Lerner (dir.), *Handbook of child psychology*, volume 1 Theoretical models of human development. New York : Wiley & Sons, p. 939-999.
- Emploi et Solidarité sociale (2011). *Le vieillissement de la main-d'œuvre et l'avenir de la retraite : Des enjeux pour tous. Un effort de chacun*. Commission nationale sur la participation au marché du travail des travailleuses et travailleurs expérimentés de 55 ans et plus. En ligne, [www.mess.gouv.qc.ca/grands-dossiers/travailleurs-experimentes](http://www.mess.gouv.qc.ca/grands-dossiers/travailleurs-experimentes). Consulté le 12 novembre 2012.
- Fernandez, L. (dir.) (2009). *Les addictions du sujet âgé*. Paris : Éditions In Press, 230 p.
- Glaser B. G. et Strauss A. L. (1971). *Status passage : A formal theory*. Mill Valley : Sociology Press.



- Graziani, P. (2010). La consommation excessive d'alcool chez la personne âgée. *Drogues, santé et société*, 9(2). En ligne, <http://www.erudit.org/revue/dss/2010/v9/n2/1005300ar.html?vue=resume>. Consulté le 1<sup>er</sup> décembre 2012.
- Grenier, A. et Ferre, I. (2010). Âge, vieillesse et vieillissement. Dans M. Charpentier *et al.* (dir.), *Vieillir au pluriel. Perspectives sociales*. Québec : Presses de l'Université du Québec, collection Problèmes sociaux et intervention sociales, p. 393-412.
- Guillemard, A. M. (1972). *La retraite, une mort sociale*. Paris : École Pratique des Hautes Études et Mouton and Co., 303 p.
- Guillemard, A. M. (2001). Préface. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 7-9.
- Henkens, K., Van Solinge, H. et Gallo, W. T. (2008). Effects of retirement voluntariness on changes in smoking, drinking and physical activity among Dutch older workers. *European Journal of Public Health*, 18, 644-649. En ligne, <http://eurpub.oxfordjournals.org.proxy.bibliotheques.uqam.ca:2048/content/18/6/644.full.pdf+htmlhttp://www.scopus.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 12 janvier 2012.
- Hogue-Charlebois, M. et Paré, R. (1998). *Les nouveaux retraités*. Québec : Bibliothèque Nationale du Québec et Éditions Fides, 191 p.
- Huffine, C. L., Folkman, S. et Lazarus, R. S. (1989). Psychoactive drugs, alcohol, and stress and coping processes in older adults. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 15(1). En ligne, [www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/). Consulté le 1<sup>er</sup> février 2013.
- Hutchison, E. D. (2007). *A life course perspective*. En ligne, [http://www.corwin.com/upm-data/16295\\_Chapter\\_1.pdf](http://www.corwin.com/upm-data/16295_Chapter_1.pdf). Consulté le 10 mai 2013.
- Kairouz, S. et Greenfield, T. K. (2007). Drinking in contexts : a comparative multilevel analysis of situational drinking among American and Canadian adult samples. *Addiction*, 102, 71-80.
- Krotki, K. et Henripin, J. (2012). Baby-boom. *L'encyclopédie canadienne*. En ligne, <http://www.thecanadianencyclopedia.com/articles/fr/babyboom>. Consulté le 29 novembre 2012.

- Kuerbis, A. et Sacco, P. (2012). The impact of retirement on the drinking patterns of older adults : A review. *Addictive Behaviors*, 37(5). En ligne, <http://www.sciencedirect.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 novembre 2012.
- La Greca A. J., Akers, R. L. et Dwyer J. W. (1988). Life events and alcohol behavior among older adults. *The Gerontologist*, 28, 552-558.
- La dissertation (2012). En ligne, <https://www.ladissertation.com/Sciences-et-Technologies/Sciences-de-la-Vie-de-la-Terre/La-Consommation-35722.html>. Consulté le 15 juillet 2013.
- Laborgne-Uguen, F. (2001). La grand-parenté : une occasion de socialisation des retraités. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 133-157.
- Lalive d'Epinay, C., Bickel, J. F., Cavalli, S. et Spini, D. (2005). De l'étude des personnes âgées au paradigme du parcours de vie. Dans D. Mercure (dir.), *L'analyse du social. Les modes d'explication*. Québec : Les Presses de l'Université Laval. En ligne, <http://cig-intranet.unige.ch/intranet/IMG/pdf/art2005clejfbsc.pdf>. Consulté le 15 mai 2013.
- Legrand, M. (dir.) (2001). *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, 352 p.
- Lesemann, F. (1997). Les jeunes visages du vieillissement. *Lien social et Politiques*, 38. En ligne, <http://id.erudit.org/iderudit>. Consulté le 1er décembre 2012.
- Lesemann, F. et D'Amours, M. (2010). Travailleurs âgés, travail « postretraite » et régime de retraite. Dans M. Charpentier et al. (dir.), *Vieillir au pluriel. Perspectives sociales*. Québec : Presses de l'Université du Québec, collection Problèmes sociaux et intervention sociales, p. 393-412.
- Mélan, S. (2001). Cessation anticipée d'activité : les relations entre l'État et les entreprises. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 33-50.
- Menecier, P. (2010). Les aînés et l'alcool. Toulouse : Éditions Érès, coll. Pratiques gérontologiques, 226 p.
- Merton R. K. (1968). *Social theory and social structure*. New York : Free Press.
- Meyers, A. R., Goldman, E., Hingson, R. et Scotch, N. (1981). Evidence for cohort or generational differences in the drinking behavior of older adults. *International*

*Journal of Aging and Human Development*, 14. En ligne [www.researchgate.net/.../16218555\\_Evidence\\_for\\_co](http://www.researchgate.net/.../16218555_Evidence_for_co). Consulté le 1er mai 2013.

- Moore, A. A., Karno, M. P., Grella, C. E., Lin, J. C., Warda, U., Liao, D. H. et Hu (2009). Alcohol, tobacco, and nonmedical drug use in older US adults : Data from the 2001/02 National epidemiologic survey of alcohol and related conditions. *Journal of the American Geriatrics Society*, 57. En ligne, <http://www.scopus.com.proxy.bibliotheques.uqam.ca>. Consulté le 2 décembre 2012.
- Moriconi, P. A. (2012). *La consommation d'alcool chez les Canadiens âgés de 55 ans et plus : étude des différences sur 10 ans et de l'association avec la perception de la santé*. Thèse doctorat en psychologie, Université de Montréal. En ligne, [https://papyrus.bib.umontreal.ca/jspui/bitstream/1866/7095/7/Moriconi\\_Pascale-Audrey\\_2012\\_these.pdf](https://papyrus.bib.umontreal.ca/jspui/bitstream/1866/7095/7/Moriconi_Pascale-Audrey_2012_these.pdf). Consulté le 2 décembre 2012.
- Moriconi, P. A. (2012). *La consommation d'alcool chez les Canadiens âgés de 55 ans et plus : étude des différences sur 10 ans et de l'association avec la perception de la santé*. Thèse de doctorat en psychologie, Université de Montréal. En ligne, [https://papyrus.bib.umontreal.ca/jspui/bitstream/1866/7095/7/Moriconi\\_Pascale-Audrey\\_2012\\_these.pdf](https://papyrus.bib.umontreal.ca/jspui/bitstream/1866/7095/7/Moriconi_Pascale-Audrey_2012_these.pdf). Consulté le 20 décembre 2012.
- Neve, R. J. M., Lemmens, P. H. et Drop, M. J. (2000). Changes in alcohol use and drinking problems in relation to role transitions in different stages of the life course. *Substance Abuse*, 21. En ligne, <http://dx.doi.org/10.1080/08897070009511430>. Consulté le 10 novembre 2012.
- Noyer, M. P. (2001). Des jeunes retraités aux adolescents en voie d'insertion professionnelle : le risque d'une analogie. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 99-112.
- OCDE (2011). Espérance de vie et espérance de vie en bonne santé à 65 ans. *Panorama de la santé 2011 : Les indicateurs de l'OCDE*. Paris : Éditions OCDE. En ligne, [http://dx.doi.org/10.1787/health\\_glance-2011-66-fr](http://dx.doi.org/10.1787/health_glance-2011-66-fr). Consulté le 20 novembre 2012.
- Paillat P. (1989). *Passages de la vie active à la retraite*. Paris : PUF.
- Pennec, S. (2001). Les liens sociaux au moment du passage à la retraite : différences entre les sexes. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 159-178.

- Perriera, K. M. et Sloan, F. A. (2001). Life events and alcohol consumption among mature adults : A longitudinal analysis. *Journal of Studies on Alcohol*, 62.
- Petersen, D. M. et Whittington, F. J. (1977). Drug use among the elderly : A review. *Journal of Psychedelic Drugs*, 9(1), 25-37.
- Quivy, R. et Van Campenhoudt, L. (2006). *Manuel de recherche en sciences sociales*. 3<sup>e</sup>éd. Paris :Dunod, 226 p.
- Richman, J. A., Zlatoper, K. W., Zackula Ehmke, J. L. et Rospenda, K. M. (2006). Retirement and drinking outcomes : Lingerig effects of work place stress ? *Addictive Behaviors*, 31(5). En ligne, [www.researchgate.net/.../7750198\\_Retirement\\_and\\_d](http://www.researchgate.net/.../7750198_Retirement_and_d). Consulté le 6 décembre 2012.
- Ricœur, P. (1985). Temps et récit : Le temps raconté. Paris : Seuil.
- Sansfaçon, R. (2012). Sécurité de la vieillesse – L’agenda caché. *Le Devoir*, 30 janvier. En ligne, <http://www.ledevoir.com/politique/canada/341362/securite-de-la-vieillesse-l-agenda-cache>. Consulté le 12 mars 2013.
- Santé Canada (2002). *Meilleures pratiques. Traitement et réadaptation des personnes âgées ayant des problèmes attribuables à la consommation d’alcool et d’autres drogues*. En ligne, [http://www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/pubs/adp-apd/treat\\_senior-trait\\_ainee/considerations-fra.php](http://www.hc-sc.gc.ca/hc-ps/pubs/adp-apd/treat_senior-trait_ainee/considerations-fra.php). Consulté le 3 décembre 2013.
- Settersten, R. A. et Mayer, K. U. (1997), The measurement of age, age structuring, and the life course. *Annual Review of Sociology*, 23, 233-261.
- Statistique Canada (2012). *La population canadienne en 2011 : âge et sexe*. En ligne, <http://www12.statcan.gc.ca/census-recensement/2011/as-sa/98-311-x/98-311-x2011001-fra.cfm#a1>. Consulté le 14 mars 2013.
- Thierry, D. (2005). La retraite : quelle identité après le travail ? Séminaire *Vies Collectives* organisé grâce aux parrains de l’École de Paris, séance du 17 février, Paris. En ligne, [http://www.francebenevolat.org/uploads/documents/Seminaire\\_travail\\_retraite.pdf](http://www.francebenevolat.org/uploads/documents/Seminaire_travail_retraite.pdf). Consulté le 3 novembre 2012.
- Ulysse, P. J. et Lesemann, F. (1997). On ne vieillit plus aujourd’hui de la même façon. *Lien social et Politiques*, 38. En ligne, <http://www.erudit.org/revue/lsp/1997/v/n38/005243ar.html?vue=resume>. Consulté le 3 novembre 2012.
- Viriot-Durandal, J. P. (2001). Empowerment et vieillissement ou l’âge et le pouvoir en question. Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social,p. 325-341.

- Vrancken, D. (2001). Réflexions autour des pratiques et des identités des « nouveaux retraités ». Dans M. Legrand (dir.), *La retraite : une révolution silencieuse*. Saint-Agne : Éditions Érès, collection Pratiques du champ social, p. 79-94.
- Welte, J. W. et Mirand, A. L. (1995). Drinking, problem drinking and life stressors in the elderly general population. *Journal of Studies on Alcohol*, 56, 67-73.
- Wikipédia. *L'encyclopédie libre*. En ligne, <http://fr.wikipedia.org/wiki/Consommation>. Consulté le 15 juillet 2013.
- Zay, N. (dir.). (1985). *La planification de la retraite*. Montréal : Éditions Grosvenor Inc., 265 p.
- Zins, M. (2011). *Déterminants sociaux des consommations d'alcool dans la cohorte Gazel*. Thèse de doctorat, Université de Paris. En ligne, [http://tel.archives-ouvertes.fr/docs/00/63/69/60/PDF/VA\\_GAY - ZINS MARIE 12072011.pdf](http://tel.archives-ouvertes.fr/docs/00/63/69/60/PDF/VA_GAY_-_ZINS_MARIE_12072011.pdf). Consulté le 8 janvier 2013.
- Zins, M., Guéguen, A., Leclerc, A. et Goldberg, M. (2003). Place du passage à la retraite parmi les déterminants socioprofessionnels de la consommation de boissons alcoolisées des volontaires de la cohorte Gazel. *Déviante et Société*, 27. En ligne, <http://www.cairn.info/revue-deviance-et-societe-2003-3-page-257.htm>. Consulté le 2 septembre 2010.